АЛЕКСАНДР ТОЛМАЧЁВ

КАК РАССКАЗАТЬ РЕБЁНКУ ОБ ОПАСНОСТЯХ

- ПОВЕДЕНИЕ С НЕЗНАКОМЦАМИ
- ТРАВЛЯ ИЛИ КОНФЛИКТ?
- БЕЗОПАСНОСТЬ В ИНТЕРНЕТЕ

@detlektor более 300 000 подписчиков

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Александр Толмачёв – детский популяризатор науки, основатель детского лектория «Динозавр». Неполнота наших собственных знаний и страхи приводят к тому что мы оказываемся не готовы рассказать об устройстве мира ребёнку. Неполное знание законов мира людей приводит к тому что ребёнок не понимает, как вести себя с обидчиками, или попадает на крючок злоумышленника. Эта книга о том, как подобрать правильные слова, которые не напугают ребёнка, а создадут правильную картину мира.

- Александр Толмачёв
  -
  - Часть 1. Как вести себя с незнакомыми людьми
    - 1.1. Суть проблемы
    - 1.2. Чему научить ребенка
    - 1.3. Как ещё взрослый может предотвратить беду?
  - Часть 2. Травля. Вашего ребёнка обижают
    - 2.1. Травля или конфликты?
    - 2.2. Что должен знать ребенок о травле в школе?
    - 2.3. Как вам вести себя, если ребенка травят в школе?
  - Часть 3. Интернет-безопасность
    - 3.1. Суть проблемы
    - 3.2. Чему научить ребенка
    - 3.3. Как вам вести себя?
  - Список литературы

Александр Толмачёв
Как рассказать ребёнку об опасностях

© Толмачёв А., 2019
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2020

* * *

Часть 1. Как вести себя с незнакомыми людьми

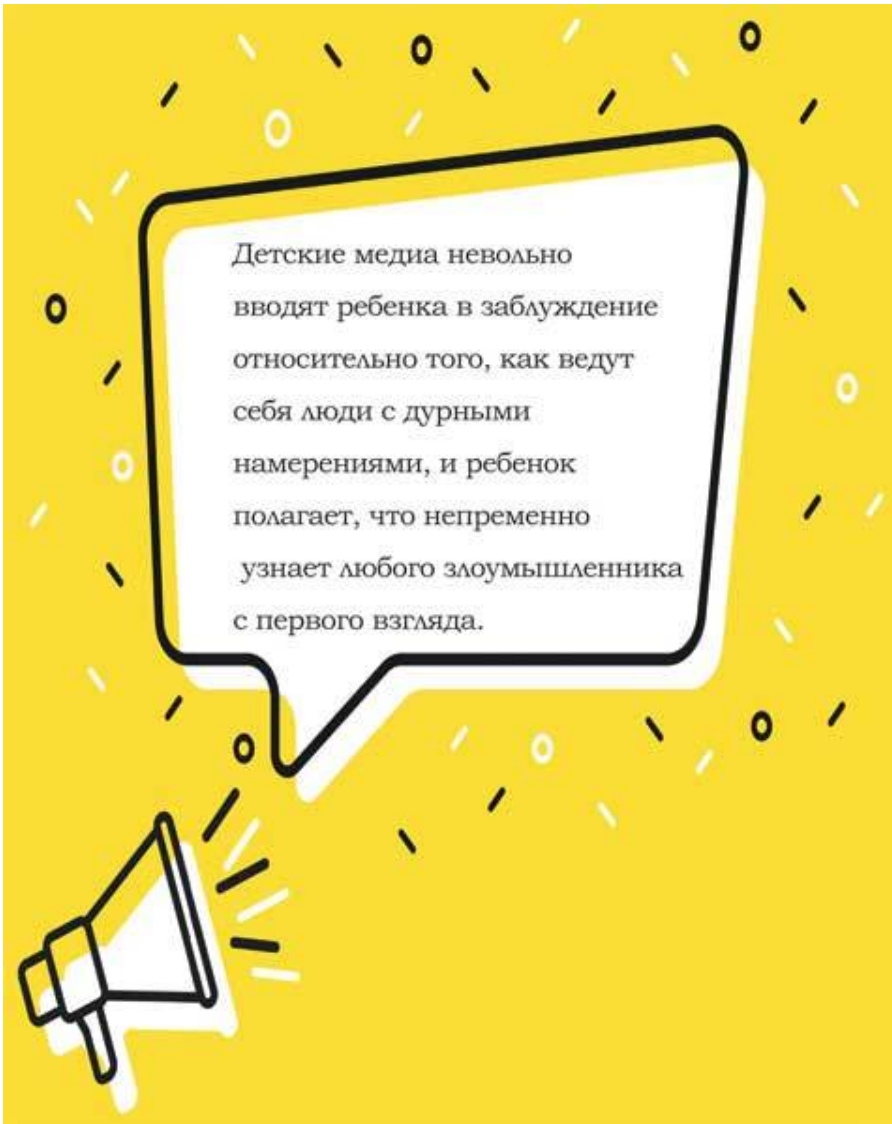
1.1. Суть проблемы

С раннего детства нас окружают родные люди, которые нас любят и относятся к нам хорошо. Любовь, которую мы получаем от близких, укрепляет нашу уверенность в себе и стремление отвечать людям тем же добром. По мере нашего взросления мы включаем в круг своего общения сначала друзей наших родителей, воспитателей, соседей, а потом и учителей, а также посторонних людей, которых можно встретить в магазине, в транспорте, на улице.

Надо сказать, что сначала мы подпускаем новых людей очень неохотно. Малыши после полугода, когда они уже начинают отличать своих от чужих, встречают этих самых чужих плачем. Они не идут к ним на руки, не играют с ними и всячески пытаются спрятаться. Малыши утыкаются маме в плечо, а те, кто уже умеет ходить, прячется за родителями. Неопытные родители принимают страх за скромность, шутят и всячески пытаются все же познакомить ребенка с новым человеком. И взрослея, дети начинают знакомиться намного проще и перестают бояться посторонних людей.

Постепенно узнавая людей, мы понимаем, что в мире бывают разные люди – те, что совершают хорошие поступки, и те, что творят поступки дурные. Также мы усваиваем, что сразу понять, какой человек перед тобой, очень непросто. А на самом деле просто невозможно, потому что с детства мы не знаем, как ведут себя люди с дурными намерениями. Детское восприятие дурного человека опирается на образы отрицательных героев из мультфильмов и кино, которые преподносят их узнаваемо: неприятная внешность, злая ухмылка, черная маска, жуткий смех, хриплый голос.

Для наглядности давайте мы с вами вспомним злодеев из мультфильмов. «Романтики с большой дороги» из «Бременских музыкантов» одеты в цыганские наряды и поют песни хриплым голосом. Баба-Яга с кривым носом и метлой. Кощей – просто ходячий скелет. Грю из мультфильма «Гадкий Я» лысый, горбатый и с очень длинным носом. Волк из «Ну, погоди» – ну он и вовсе волк, что о нем говорить.



Таким образом, детские медиа невольно вводят ребенка в заблуждение относительно того, как ведут себя люди с дурными намерениями, и ребенок полагает, что непременно узнает любого злоумышленника с первого взгляда. Этим распространенным заблуждением детей могут пользоваться злоумышленники для достижения своих целей.

Кстати, у моих знакомых нередко были такие ситуации: дети боялись людей, если у них были сходства со злыми героями из мультиков. Например, сын моей знакомой боялся продавца в продуктовом магазинчике в их доме. У нее была большая родинка

на носу, а еще она все время красила губы ярко-красной помадой. Видимо эти детали ассоциировались у ребенка со злодеями и опасностью. Чтобы отправить сына одного в этот магазин за хлебом, даже и разговора быть не могло. Хотя продавщица была очень приятная женщина и всегда очень ласково разговаривала с этим ребенком.

А у других моих знакомых однажды был абсолютно испорчен Новый год. Они заказали для ребенка Деда Мороза. Он пришел. И все у него было по-дедморозовски. Но он говорил настолько низким и хриплым голосом, что ребенок очень испугался и у него началась настоящая истерика – какое там «расскажи стишок». То ли ребенок был слишком маленький, то ли у него как-то по-особенному сработали ассоциативные связи. Только вот добрый дедушка с подарками вызвал у него панический страх. Кстати, вы наверняка слышали, что некоторые дети боятся клоунов. Хотя тоже чаще всего это персонажи добрые. Но я ни разу не слышал истории, чтобы ребенок боялся человека с приятной внешностью и с приятным голосом. Такой человек запросто может подойти к ребенку на детской площадке, сделать ему комплимент, похвалить, и малыш ничего не заподозрит. Длинного носа нет, голос не сиплый, лицо не серое, одежда не черная. Почему бы не пойти с таким человеком и не посмотреть котят? К сожалению, с такими историями правоохранительные органы и психологические службы сталкиваются постоянно.

Например, в конце 70-х годов в Соединенных Штатах Америки поймали самого красивого преступника – Теодора Роберта Банди. Он был не просто привлекательным мужчиной, а обладал нереальной магнетической красотой. Он был настолько красив, что даже судьи и присяжные не могли поверить в его причастность к преступлениям. Надо сказать, что все жертвы, а убил он, по неофициальным данным, около ста женщин и девочек, приходили к нему сами. Банди окончил факультет психологии, а значит, знал, как найти подход к каждой из своих будущих жертв, войти к ним в доверие. Удивительно, но у него была своя семья – жена и ребенок, которые, конечно, ни о чем не подозревали. Тед Банди, примерный семьянин, отводил ребенка в школу и шел на преступления. При этом, когда мужчину судили, за него заступались все. Коллеги не верили – ведь он был очень веселым и ответственным человеком. Друзья не верили – ведь он всегда был душой компании. Более того, за ходом расследования следили все средства массовой информации, его называли самым медийным преступником. И как у любой медийной личности, у Банди появились толпы фанаток, которые стояли возле суда с плакатами, на которых были лозунги в защиту мужчины и

просьбы отпустить его на волю. Получается, маньяк, серийный убийца, хладнокровный и расчетливый красавец умел влиять на людей так сильно, буквально завораживал их.

Это один из примеров того, что преступник внешне может быть и не похож на преступника. Даже близкие могут не знать, что живут в одной квартире со страшным злоумышленником. Что уж говорить о детях.

Наша задача как родителей состоит в том, чтобы объяснить детям, что люди с дурными намерениями внешне ничем не отличаются от остальных, и не стоит даже пытаться их «вычислять». Гораздо важнее различать «своих» и «чужих», потому что поведение некоторых «чужих» может многое рассказать об их намерениях.

Кто такие «свои», а кто «чужие?

«Чужой» – это любой человек, которого не знает ни ребенок, ни вы сами. Независимо от того, как этот человек выглядит, ведет себя, кем представляется, неважно, молодой он или старый, мужчина это или женщина, или даже ребенок. «Свои» – это мама, папа, бабушки и дедушки, другие родственники. Кроме того, «свои» – это те, с кем родители разрешили разговаривать, с кем сами познакомили ребенка.

Прежде чем общаться с чужим человеком, ребенок должен спросить разрешения у мамы (папы, бабушки или дедушки – сами обозначьте этот круг лиц). Даже если вы сами знаете человека, а ребенок видит его в первый раз, научите его, что он должен спрашивать у вас разрешения, прежде чем разговаривать с этим человеком, брать у него подарок, идти с ним куда-то.

Опять же приведу в пример поведение маленьких детей до 3–4 лет. Если с ними заговаривает новый человек, они тут же смотрят на родителей. Этот взгляд – как немой вопрос: «А можно?», «С ним безопасно говорить?», «Ему можно доверять?». И если человек протянет подарок, ребенок снова посмотрит на родителей, мол, скажите, можно мне это брать?

Маме достаточно кивнуть головой, и ребенок поймет: все нормально, я в безопасности, мама уверена, что этот новый человек мне не навредит. Однажды я был в гостях у друзей, и там произошел интересный случай. В семье был мальчик двух лет, озорной, веселый – как и подобает мальчишке. И вот в гости пришла семейная пара, допустим Владимир и Светлана. Ребенок до этого никогда их не видел. Так вот тетя Света, мельком поздоровавшись с остальными, бросилась к малышу. Сначала начала трясти его руку и говорить, что так должны здороваться все мужчины. Потом стала совать шоколадку, а потом какую-то машинку, приговаривая, какая она крутая, и требуя немедленно развернуть упаковку.

Я стал с большим интересом наблюдать за развитием событий.

В итоге ребенок оттолкнул от себя машинку, бросил на пол шоколадку, да еще и ударил эту тетю Свету. И для меня его поведение было абсолютно логичным – это инстинкт самосохранения, который пока еще работает на подсознательном уровне: «Ты чужая. Я тебя не знаю. Не трогай меня. Мне от тебя ничего не надо».

Но для родителей и тети Светы вся эта ситуация выглядела совсем по-другому. Родители сгорали от стыда, каким

неблагодарным и невоспитанным оказался их ребенок. А тетя Света посчитала ребенка очень избалованным. И заявила, что раз он все кидает, то отнесет она эту классную машину другим хорошим детям.

Родители, надо заметить, не просто молча горели со стыда. Они начали «воспитывать» малыша: да как тебе не стыдно, разве можно кидать подарки, как ты посмел ударить тетю Свету и так далее. У ребенка истерика, он плачет уже навзрыд. Но тут начинаются «исправительные» работы. Так, идем за руку к тете Свете и принимаем подарки, говорим спасибо и радуемся машинке.

Я смотрел в глаза ребенку: там было искреннее непонимание. Природа, мозг подсказывали ему, что он в опасности – человек чужой, берегись. Но родители, то есть самые главные и надежные взрослые, начали кидать его в самое пекло этой опасности.

В голове ребенка происходит рассинхрон. И в конце концов именно то, что говорят и требуют родители, станет приоритетным и вытеснит инстинкты. Поэтому, к сожалению, мы часто сталкиваемся с ситуациями, когда ребенок ушел с незнакомцем, потому что «было стыдно отказать», «нужно быть вежливым» и так далее.

Если ваш ребенок еще мал и только-только научился отличать «своих» и «чужих», поддерживайте в нем настороженное отношение к чужим, незнакомым людям. Если он прячется за вас при встрече нового человека, не высмеивайте «скромнягу» и не выталкивайте его вперед. Уважайте своего ребенка. Тогда и он научится уважать себя и свои желания.

Находясь без родителей, ребенок должен будет сам принимать решение, как вести себя с «чужими» людьми. Важно объяснить ребёнку, что нормальному взрослому человеку от незнакомого ребёнка ничего не нужно. Безопасный «чужой» не будет просить ребенка о помощи, не будет угощать, приглашать в гости, настойчиво предлагать подарки или возможность сняться в кино.

Если же «чужой» человек предлагает ребёнку проследовать за ним, то очень может быть, что этот незнакомец – похититель детей. При этом незнакомец может доброжелательно вести себя, улыбаться или даже казаться беспомощным. Мы должны научить их говорить «Нет!», четко и внятно давать понять, что «мама не разрешает говорить с незнакомцами!».

Изобретательные преступники, когда им говорят такую фразу, отвечают: «Так давай познакомимся! Меня зовут дядя Петя. А тебя как? Вот мы уже и знакомы с тобой теперь, правда?»

Некоторые сами начинают знакомство, не дожидаясь, пока ребенок выдаст свою установку. В том числе преступники подкупают расположение ребенка не только комплиментами и подарками, но и своей уникальностью. Я встречал такие случаи, когда дети шли за незнакомцем, потому что он был «особенный». Например, он прилетел к нему из волшебной страны, где живут его любимые герои. Или он и вовсе знаком с семьей Барбоскиных. Или он помогает ночами чинить синий трактор, чтобы днем этот трактор пришел в мультиках к малышу. Или он, может, и вовсе писатель, который придумал все эти сказки, которые ему читает мама на ночь.

Мы должны не только объяснить детям, что нельзя говорить с незнакомцами, но и научить их тому, что делать, если к тебе подошел кто-то и пытается завести знакомство. Самое главное – не нужно стесняться просить о помощи.

Такие преступники очень хорошо готовятся, прежде чем совершить злодейства. Да, они тратят время на изучение таких вещей и говорят с детьми на одном языке. К сожалению, многие даже не догадываются, что некоторые маньяки и педофилы – примерные семьянины. Они могут отлично разбираться в детской тематике, потому что у них есть свои дети. Как бы парадоксально это ни звучало.

Мы должны не только объяснить детям, что нельзя говорить с незнакомцами, но и научить их тому, что делать, если к тебе подошел кто-то и пытается завести знакомство. Самое главное – не нужно стесняться просить о помощи.

Другой вопрос – у кого просить помощи? У дяди, который пьет пиво вон на той лавочке? Или у старика, который читает газету? Как ребенок должен выбрать, у кого просить о помощи? Лучше заранее обсудить это с ребенком. Если рядом есть мамы с детьми – нужно обратиться за помощью к этим мамам. Если увидит полицейского в форме или охранника – то можно обратиться к нему.

Иногда детям неудобно и страшно, что взрослые могут обидеться на их поступки, посмеяться над их поведением, догадаться, что у ребенка появились сомнения на его счет. К примеру, ситуация, где ребенок не заходит в лифт вместе с незнакомым человеком. А тот говорит: «Ты думаешь, что я маньяк?» В этот момент ребенок чувствует себя неудобно и может все же зайти в лифт с незнакомцем. Это касается и «взрослых знакомых», которые могут смотреть на детей «по-другому», трогать их. В такие моменты ребенок часто убеждает себя в том, что это ему показалось и что он чего-то недопонимает, но чувствует, что что-то идет не так. Объясните ему, что незнакомый человек не должен его касаться.

Причем вы можете не только объяснить это ребенку, но еще и попрактиковать с ним необходимые действия. Часто в гости приходят люди, которые обожают тискать детей, целовать их щечки. Но детям это может быть неприятно. Если вы видите, что ребенок уворачивается от поцелуев и всячески пытается вырваться из объятий пусть даже и своих родственников, – это даже хорошо. Помогите ему научиться отстаивать свои интересы. Пусть даже близким людям он не стесняется сказать «не надо меня обнимать», «не хочу, чтобы вы меня целовали».

Попытайтесь вспомнить, когда вы сами были детьми – приходили ли к вам домой взрослые, чьи ласки были вам

неприятны? Может, от дяди Васи сильно пахло потом и алкоголем? Может, у тети Маши были ужасно запущенные больные зубы, и когда она целовала вас, то вам бил в нос неприятный запах? Может, у вашего папы была колючая борода? Ваш ребенок тоже может сталкиваться с такими ситуациями. Но вы научили его быть вежливым, и он морщиться, но терпит. Объясните ребенку, что терпеть не надо. Если тебе неприятно – говори об этом сразу и уходи.

Но, конечно, тут родителям придется столкнуться с другой проблемой: те, кому ребенок так скажет, могут обидеться не на шутку. Да, вам придется объяснять и взрослым, что у вашего ребенка есть право на свои границы и остальные должны их уважать. Кстати, нужно быть готовым и к тому, что, когда ребенок научится понимать свое тело и свои желания, он может сказать даже своим папе с мамой: не целуй меня, мне неприятно.

1.2. Чему научить ребенка

Не запугивайте ребенка фразами вроде «чужой дядька тебя заберет и съест» – это только подорвет его базовое доверие к миру, а значит, и уверенность в себе. Объясните ребенку, что есть и такие незнакомцы, с которыми говорить можно. Это, например, сотрудники полиции, пожарные, продавцы, учителя (воспитатели) или охранники в магазинах – те самые чужие люди, к которым дети могут подойти при чрезвычайной ситуации (например, если они потерялись). Обратите внимание ребенка, как выглядит форма сотрудников правоохранительных органов, по каким признакам он может узнать человека, который работает в магазине. Он должен уяснить, что незнакомый человек, к которому он сам обращается за помощью, все-таки безопаснее того, кто предлагает эту помощь первым.

Неплохо было бы заранее обсудить с ребенком безопасные места, где он может найти безопасного взрослого. Выберите места, которые близко к его школе, к вашему дому. Это может быть кабинет участкового, поликлиника, магазины, в которые вы часто ходите и где знаете продавцов, консьержка в вашем подъезде, охранник в супермаркете, продавец в аптеке… Вариантов много.

Также помочь могут взрослые с детьми. Можно подбежать к женщине с ребенком и сказать: «Ко мне пристает вон тот дяденька. Можно я пойду с вами?» Если ситуация происходит на детской площадке, то там найти мамочек еще проще. Осмотрительные преступники, конечно, не пойдут на детскую площадку. А вот, так сказать, «начинающие» очень даже могут. Поэтому важно, чтобы на площадке ребенок знал не только детей, но и их родителей. Знать соседей в принципе полезно. Ведь может быть так, что к ребенку пристанет незнакомец по дороге домой. Вокруг никого из «безопасных» людей. И вдруг идет сосед – знакомое лицо. Можно побежать к нему.

Я думаю, вы заметили современную тенденцию отказа от личного общения. Немного углублюсь в воспоминания. Когда я был маленьким, то я знал всех детей во дворе, кто в каком подъезде живет, как у кого зовут родителей и как они выглядят. Я знал, возле какого окна нужно покричать, чтобы Петя или Валера выглянули и помахали мне. А когда во двор выходили гулять маленькие дети, мамы стояли кучками и разговаривали. С колясками гуляли в ряд.

Вы замечали, как происходят прогулки во дворе сейчас? Дети играют все вместе – это да. Родители по одиночке сидят отдельно

и чаще всего уткнувшись в телефон. Самые общительные стоят парочками. Но это ладно, нет желания общаться – да и ничего в этом такого страшного нет. Но вот детям было бы полезно познакомиться с мамами других детей. Ведь «если вдруг что», они могут найти на площадке знакомое лицо. А к знакомому обратиться за помощью легче.

Раньше я знал всех, кто живет в моем подъезде, и все знали меня. Но сейчас общаться с соседями не принято. Поездка в лифте, как правило, всегда проходит в молчании. Если столкнулся с соседом на площадке, то поздороваешься, конечно, из вежливости. И на этом все.

Еще одно различие. Раньше всем до всего было дело. Бабушки хоть и сидели на лавочках целыми днями, но зато чужих в подъезд не пропускали. Пока все не выяснят – не отстанут. Получше охранников! Взрослые всегда делали замечания, могли пойти найти наших родителей. Но в нашей реальности, то есть сейчас, все ходят мимо друг друга. А если даже и замечают что-то «неладное», предпочитают отмолчаться, «мало ли чего».

Так что современный мир очень облегчает жизнь преступников.

Есть ли надёжные способы быстро распознать опасного «чужого» человека? Едва ли. Но есть некоторые признаки, которые должны заставить ребёнка если не моментально прекратить контакт с незнакомцем, то уж, во всяком случае, насторожиться. Давайте разберемся в них.

Заманчивые предложения

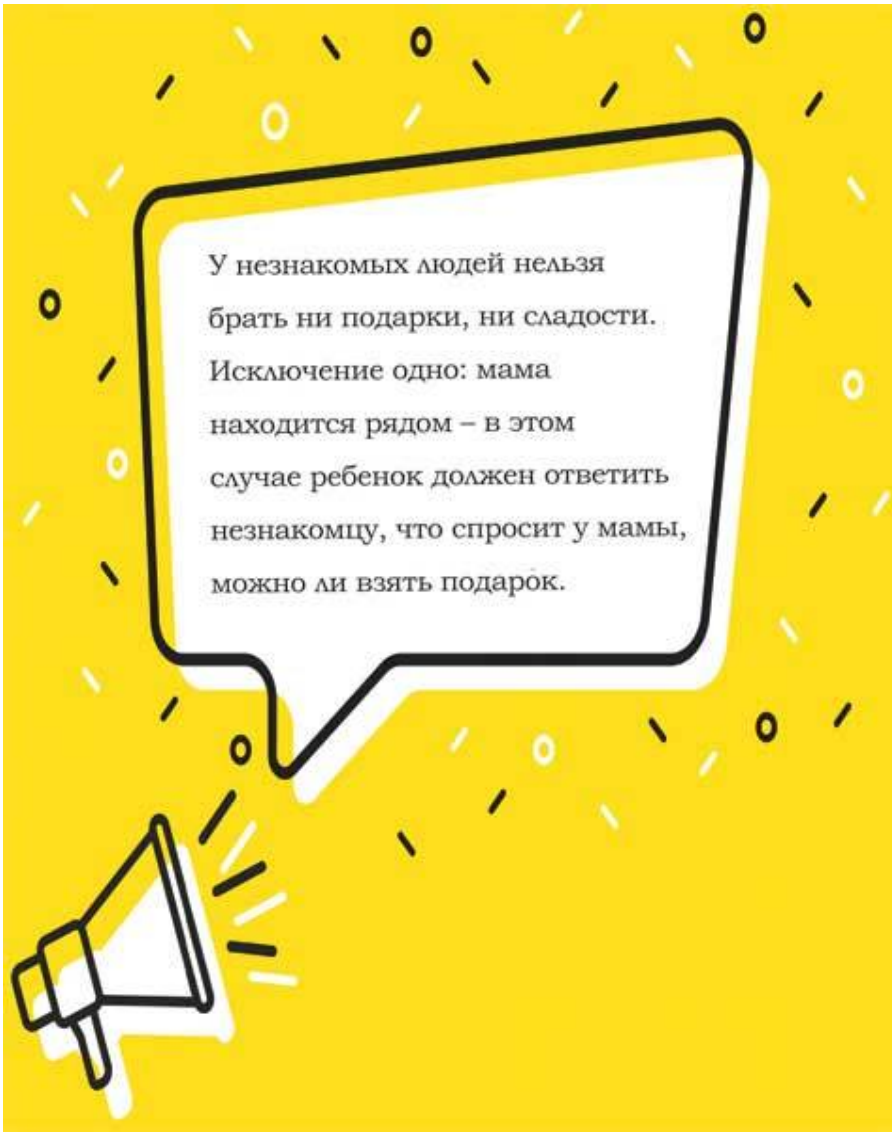
В первую очередь ребенок должен с осторожностью относиться к незнакомым людям, которые подходят к нему с любым заманчивым предложением. Опасный незнакомец может предложить ребёнку пойти покормить щенка или котенка в соседнем дворе, посмотреть на черепашку дома, съесть у него в гостях порцию мороженого.

У незнакомых людей нельзя брать ни подарки, ни сладости. Исключение одно: мама находится рядом – в этом случае ребенок должен ответить незнакомцу, что спросит у мамы, можно ли взять подарок. Если незнакомый человек требует, чтобы ребенок принял подарок, нужно без объяснений развернуться и бежать домой или как можно скорее привлечь внимание взрослых к происходящему.

Незнакомец может представиться ребенку кинорежиссером или продюсером и предложить сниматься в кино или участвовать в конкурсе красоты. Нужно объяснить ребенку, что настоящие режиссеры и продюсеры никогда не станут искать актеров в вашем дворе. Они дадут объявление в Интернете, по телевизору, но явно уж не ходят вокруг детских площадок. Более того, по

закону нельзя снимать ребенка без согласия и присутствия родителей. Поэтому, если к ребенку обращаются с таким предложением, он должен спросить, когда и куда можно подойти вместе с родителями, но ни при каких обстоятельствах никуда не ходить вместе с этим человеком самостоятельно.

Хочется обратить внимание родителей на важность обмена информацией. **Если вы узнали, что к вашему ребенку подходили на улице даже с минимально настораживающими предложениями, вы должны немедленно известить об этом всех.** Напишите объявление в подъезде, сообщите консьержке (как правило, они любят посудачить), расскажите родителям на детской площадке и в школе. В идеале можно просмотреть видео с камер наружного наблюдения, если такие были возле места, где к вашему ребенку подошел подозрительный человек. При удачном ракурсе съемки, если видно лицо злоумышленника, можно даже распечатать фотографию этого человека и развесить в местах скопления родителей.


У незнакомых людей нельзя
брать ни подарки, ни сладости.
Исключение одно: мама
находится рядом – в этом
случае ребенок должен ответить
незнакомцу, что спросит у мамы,
можно ли взять подарок.

Если вы не будете молчать, а предупредите людей, то вполне возможно, что это спасет жизнь какого-то ребенка. Кроме того, если по всей вашей округе будут развешаны предупреждающие объявления, – это может отпугнуть преступника.

Просьбы о помощи

Злоумышленники пользуются тем, что дети чаще всего слушаются взрослых. Поэтому они могут имитировать просьбы о помощи, вызывая сочувствие и желание скорее помочь. Незнакомец может просить ребенка донести сумку до двери на своем этаже или даже передвинуть шкаф в квартире. Выбирая самые привычные для ребенка просьбы, злоумышленник добивается быстрого согласия «по привычке». Незнакомец также может предложить вознаграждение в виде угощения или даже денег.

Объясните ребенку, что помогать незнакомым взрослым на их территории (в квартире, дома, в машине) запрещено. Уже то, что ребенка незнакомец настойчиво просит помочь и проследовать на его территорию, очень тревожный знак. Ребенок должен прекратить диалог с незнакомцем и немедленно отправиться

туда, где есть другие взрослые, чтобы привлечь их внимание к происходящему.

Возможен и более коварный приём: просьба показать дорогу с целью увести ребёнка дальше от знакомого и безопасного места. В этом случае со взрослым ни в коем случае идти нельзя.

Не перегибаем ли мы палку, запрещая ребенку помогать взрослым, которым в действительности может быть нужна помощь? Нет. И вот почему. **Действительно нуждающийся в помощи взрослый человек не станет просить о помощи детей, а обратится ко взрослым.** Пожилая женщина с тяжёлой сумкой, скорее всего, попросит донести тяжести студента или более молодую соседку. Заблудившийся среди кварталов мужчина будет спрашивать дорогу у собачников или у женщин с колясками. Но если незнакомый взрослый настойчиво просит о помощи ребёнка, это повод отказать, прекратить общение и быть готовым привлечь внимание взрослых.

Ребенок должен понимать: взрослый просит помощи у взрослых. А ребенок просит помощи у близких знакомых или безопасных взрослых. И никак иначе.

Как отказывать незнакомцам

Детей надо учить говорить «нет». Многие дети стесняются, на них действует авторитет взрослого, особенно если взрослый говорит строго. Например, ребенок сидит дома один, звонят в дверь. Ребенок спрашивает «кто там», взрослый отвечает, ребенок не открывает, еще две-три реплики, и взрослый, повышая голос, говорит: «Мы что, с тобой так и будем через дверь разговаривать?» И ребенок открывает дверь.

Договоритесь с ребенком, что всегда открываете дверь сами, своим ключом. А если кто-то приходит в ваше отсутствие, научите ребенка говорить: «Я не могу открыть дверь, оставьте записку в двери». Важно, чтобы ребенок понимал: как бы его ни уговаривали открыть дверь, делать этого ни в коем случае нельзя. Он может и вовсе ничего не говорить пришедшему, а сразу позвонить родителям и сообщить о проблеме. На этот случай вы, родители, должны сами иметь телефоны безопасных для ребенка взрослых. Консьержка, соседка тетя Маша, родители одноклассников – в крайнем случае можно позвонить кому-либо и попросить их подняться и посмотреть, кто звонит ребенку в дверь.

Конечно, идеальный вариант, когда у вас установлена видеокамера на двери. Сейчас следить и просматривать видео можно прямо с телефона. А значит, можно оперативно узнать, кто стоит у ребенка за дверью.

Но, конечно, не у всех есть возможность пользоваться такими технологиями. Но все могут научить ребенка правильному поведению. Причем очень важно не просто рассказывать теорию, а закрепить это на практике. Договоритесь со знакомыми, которых ваш ребенок ни разу не видел. Пусть они позвонят в дверь и разыграют любую ситуацию. Например, представятся соседом сверху и попросят соли. Или представятся сотрудником банка, мол нужно важный документ родителям передать. Посмотрите, как будет действовать ваш ребенок.

Следующий эксперимент должен быть уже со знакомым взрослым. Он может позвонить в дверь и сказать, что пришел в гости и мама в курсе. Это самая серьезная проверка, ведь знакомому человеку неудобно не открыть дверь. Проверьте, как будет вести себя ребенок в этих ситуациях, а потом проведите с ним работу над ошибками. Расскажите, что даже знакомым не нужно открывать дверь. А если понадобится кого-то впустить, то мама в крайнем случае позвонит и предупредит об этом.

Помню, в нашем детстве было популярно договариваться о паролях, так мы с друзьями отличали своих. Они были совершенно нелепые. Хорошо мне запомнился один из них: «Пароль? На горшке сидит король, а рядом королева».

К чему я про пароли? К тому, что вы можете придумать

пароли и внутри семьи. И если уж ребенку придется открывать вам дверь, то сначала вы обменяетесь паролями. Паролем может быть название вашей любимой сказки, стишок или просто любая придуманная фраза.

Если к ребенку кто-то обращается на улице, очень важно, чтобы у него был некий запас фраз, которые он может использовать: «Извините, я спешу», «Мне мама не разрешает разговаривать с незнакомым человеком». Если ребенка просят показать улицу или дом, нужно показать, где она или сказать, что не знаешь, но ни в коем случае не поддавайся на уговоры проводить незнакомого человека.

Девочка, пойдем со мной, там тетя упала, надо ей помочь подняться. Мальчик, помоги мне диван занести на восьмой этаж. Ответ на такие просьбы должен быть всегда – НЕТ.

Также злоумышленники в курсе, что каждый ребенок хочет поскорее стать взрослым. Какая самая приятная похвала для детей? «Ах какой ты уже взрослый – сам вилкой ешь». «Надо же, ты уже как папа, сам за хлебом ходишь». Поэтому преступники могут давить на больные точки: «Надо же, а я думал, ты добрый мальчик», «А выглядишь уже большим, я думал ты сможешь показать мне дорогу» и так далее. Чтобы ребенок не реагировал на такие фразы и чтобы они его не задевали, родителям нужно проявить мудрость в воспитании еще с самого детства. Избегайте фраз, которые могут приучить ребенка зависеть от другого мнения. «Людям стыдно рассказать», «вот все люди на тебя смотрят, а ты так себя ведешь», «тетя думала, что ты хороший, а ты ей язык показываешь». Примеров может быть множество. Просто родителям нужно научиться быть терпеливыми. И прежде, чем сказать ту или иную фразу, просчитать, какие у этих слов могут быть отложенные последствия. Как говорится, не забывайте, что между событием и реакцией есть время на выбор реакции.

Вы вполне можете научить своего ребенка не зависеть от мнения окружающих, это пригодится ему не только, если он встретится с преступником, но и в его будущей жизни. Тогда он не будет стесняться своего мнения, не будет смущаться выражать свои эмоции. Многие родители боятся, что где-то рядом с этими понятиями граничит вседозволенность, избалованность, неуважение к другим людям. На самом деле мы все родом из своего детства. И это в нашем детстве была популярна фраза «а что люди-то скажут». Но тогда и время было немного другое.

Люди действительно говорили. Они сидели на лавочках, обсуждали. Проходили партийные собрания, на которых тоже обсуждали и осуждали, если что-то было не так. Сейчас время идет быстрее, и у нас просто нет ни минутки на все эти обсуждения. Раньше мы знали всех соседей в лицо, по именам, да еще и историю их семей. А сейчас – вспомните, кого из соседей вы знаете хотя бы по имени? Чьего осуждения нам теперь бояться? Мир перевернулся. Раньше человек без официальной работы считался тунеядцем. Сейчас люди с таким образом жизни называются фрилансерами. И если фрилансер толковый, то он может зарабатывать очень даже приличные деньги. У наших детей новая реальность, и они не должны бояться быть смелыми. Потому что им придется сложнее, чем нам. Когда жизнь развивается стремительно, когда новые технологии сменяют друг друга с бешеной скоростью, нужно быть всегда начеку. И чтобы получить «место под солнцем» нужно не теряться и не ровняться на мнение окружающих.

Конечно, многим родителям проще включить авторитарный режим, управлять своим ребенком, чем разрешить ему самостоятельно постигать границы своей личности, свои способности, свои эмоции. Проще научить его быть вежливым и послушным. Таких детей можно назвать удобными. И, к сожалению, именно с таким ребенком могут произойти неприятные ситуации, именно такие дети боятся отказать незнакомцу и дать ему отпор, хотя бы и словесный. Поэтому не ленитесь быть мудрыми родителями, научите ребенка не зависеть от мнения других людей. Тут тонкая грань. Ведь важно, чтобы мнение родителей и учителей пока для ребенка было все-таки важными. Но я надеюсь, что у вас получится сбалансировать и выстроить правильную модель воспитания.

Предложения помощи

Незнакомый человек может сам предложить ребенку помощь. Не стоит сразу пугаться её и отвергать. Но если незнакомец предлагает её слишком настойчиво, это повод насторожиться и как можно скорее привлечь к происходящему внимание окружающих взрослых. Обязательно следует рассказать об этом взрослым, пусть даже серьезных опасений у ребенка нет.

Уговоры пойти вместе

Ребенок должен помнить, что никогда ни при каких обстоятельствах нельзя идти куда-то вместе с незнакомцем. Это может иметь риск для жизни. Если вдруг у ребенка появилось пусть даже маленькое сомнение в человеке, который находится рядом, то нужно немедленно отойти от него и привлечь внимание взрослых.

Даже если незнакомец говорит, что он знакомый родителей ребенка, которого они прислали за ним, нужно сказать, что родители его об этом не предупреждали, и ни в коем случае никуда незнакомца не провожать.

Хитрые преступники могут манипулировать детьми. Самая опасная манипуляция звучит так: «Там твоей маме стало плохо. Пойдем скорее, я тебя к ней отведу». В этой ситуации ребенку бывает трудно вспомнить о том, что его учили не разговаривать с незнакомцами. У моих знакомых девочку увели из двора именно с помощью такой фразы. Если мама в беде, то как ребенок ее бросит? Как он может не поверить этим словам?

Объясните ребенку заранее, что преступники могут говорить такие фразы, могут называть кого угодно из родственников. Они могут даже каким-то образом узнать имена родителей, чтобы сойти за своего. «Но даже если бы мне стало плохо на улице, то как бы этот человек узнал, что именно ты мой сын?» – такую логику нужно объяснить ребенку.

Если к ребенку обращаются с такой формулировкой, то ему нужно в первую очередь убежать от этого человека в безопасное место. А оттуда позвонить маме и убедиться, что с ней все хорошо.

Конечно, нереально обсудить с ребенком заранее

всевозможные фразы злоумышленников. Ведь и они изощряются и придумывают все новые способы. Но основные примеры привести все же можно.

Как уменьшить риск?

Прочитайте следующие строки ребёнку. Разберите с ним, всё ли он понял.

Никогда не сообщай незнакомым людям никакой информации о себе: ни имени и фамилии, ни адреса, ни номера школы и класса, ни телефонов. Если вслед за тобой идет незнакомец, подойди к любому дому и сделай вид, что это твой дом, помаши рукой и позови родственников, которых как будто видишь в окне. В крайнем случае можно обратиться к любому прохожему и попросить о помощи.

Если тебе придётся идти вечером одному, шагай быстро и уверенно и не показывай своего страха. Ты можешь подойти к какой-нибудь женщине, которая вызывает у тебя доверие, и идти рядом с нею. В автобусе, троллейбусе, в электричке садись ближе к водителю или машинисту и выходи из вагона в последний момент, не показывая своим видом заранее, что следующая остановка твоя. Не ходи в отдаленные и безлюдные места в городе и за городом. Если ты увидел впереди группу людей или пьяного человека, перейди на другую сторону улицы или иди другой дорогой. Вообще всегда предупреждай взрослых о том, куда идешь, и проси их встретить тебя в вечернее время.

Хочу поделиться с вами лайфхаком, как всегда быть в курсе того, где ваш ребенок, во сколько он уходит и во сколько приходит. Заведите такую привычку с его раннего детства. Сначала он, ясное дело, ходит везде только с родителями. Но он слышит ваше общение: «Я пошел на работу, буду сегодня в восемь вечера», «Мы с сыном пошли гулять, вернемся через час». Так ребенок с детства усвоит, что если ты куда-то уходишь, то нужно обязательно сообщить, куда ты идешь и во сколько вернешься. Подростки могут воспринимать это в таком ключе: «А почему это я должен отчитываться? Я уже взрослый». Но если у вас в семье было заведено делиться своими планами и оговаривать сроки, кто когда придет домой, то, скорее всего, ваши дети будут следовать такой традиции уже по инерции.

Очень важно встречать детей – это дает им ощущение безопасности, да и вам дает ощущение спокойствия.

Подростков можно забирать на машине – они всегда с радостью готовы прокатиться. Один мой друг всегда встречает дочь после вечеринок на автомобиле. Он бы мог прослыть суровым отцом – диктатором. Но, наоборот, завоевал среди друзей дочери славу самого классного отца. Как ему это удалось? Он развозит по домам всех, кто влез к нему в машину.

Если у вас нет машины, то можно встретить ребенка пешком или на общественном транспорте.

Современные технологии позволяют следить за ребенком в буквальном смысле этого слова. Во многих смартфонах есть функция определения геопозиции, и через специальное приложение можно следить, как точка (то есть ваш ребенок) перемещается. Откуда он вышел, куда идет, где сейчас находится. Такое приложение можно установить и в планшет. Но если вы пока не планировали покупать ребенку гаджеты, то можно просто приобрести устройства с функцией определения местоположения. Например, есть такие часы и браслеты. Также можно отдельно купить портативные GPS-трекеры и положить в рюкзак ребенка или просто в карман куртки. Эти приборы продаются в магазинах электронной техники.

Думаю, если новые технологии позволяют заботиться о безопасности, то такой возможностью можно и воспользоваться.

Если за тобой следят

Следующий текст предназначен для вашего ребенка, обязательно обсудите сним, всё ли он понял.

Если с тебя кто-то глаз не сводит, постарайся избавиться от этого человека или встань рядом с какой-нибудь женщиной, чтобы все подумали, что это твоя мама. В таком случае обидчики не посмеют тебя тронуть. Если человек не отстаёт от тебя, подойди к любому дому и сделай вид, что это твой дом, помаши рукой и позови родственников, которых как будто видишь в окне. Постарайся не покидать людное место до тех пор, пока видишь за собой слежку.

Можно даже посмотреть наверх и крикнуть «скоро буду», «уже иду». Злоумышленник не успеет отследить, действительно ли кто-

то смотрит в окно.

Если при тебе мобильный телефон, воспользуйся им, сообщи родным о своём местоположении и попроси тебя забрать.

Информация для родителей: если у вашего ребенка уже современный телефон, то научите его отправлять свое местоположение в сообщении – эта функция позволяет определить вплоть до координат, где находится человек. Также некоторые телефоны имеют так называемую кнопку SOS. Если на нее нажать, то родителям придет сообщение о том, что владелец телефона просит помощи и находится вот по этому адресу.

Также выучите с ребенком телефон экстренной помощи. Если ребенок не может дозвониться родителям, он должен не тратить время на смс-сообщения, а позвонить по номеру 112 и сообщить о своих опасениях, а также постараться описать место, где он находится.

С незнакомыми людьми общаться ты не должен, а если кто-то начинает тебе усиленно навязываться с разговорами, то ничего не остаётся, как позвать на помощь. Один твой громкий крик способен отпугнуть обидчика. Постарайся привлечь внимание окружающих – неожиданно громко закричать, в крайнем случае можно даже, например, разбить стекло в ближайшем окне или швырнуть палку в машину. Скорее всего, на ней есть сигнализация и она сработает. А владелец машины может увидеть это из окна.

Незнакомый человек в твоём подъезде

Иногда кажется, что дом – самое безопасное место на свете. Но бывает так, что встреча со злоумышленником может случиться прямо в нашем подъезде. Начнём с важнейшего правила для любой квартиры: входная дверь должна быть всегда закрыта на замок.

Если у вашего ребенка уже современный телефон, то научите его отправлять свое местоположение в сообщении — эта функция позволяет определить вплоть до координат, где находится человек.

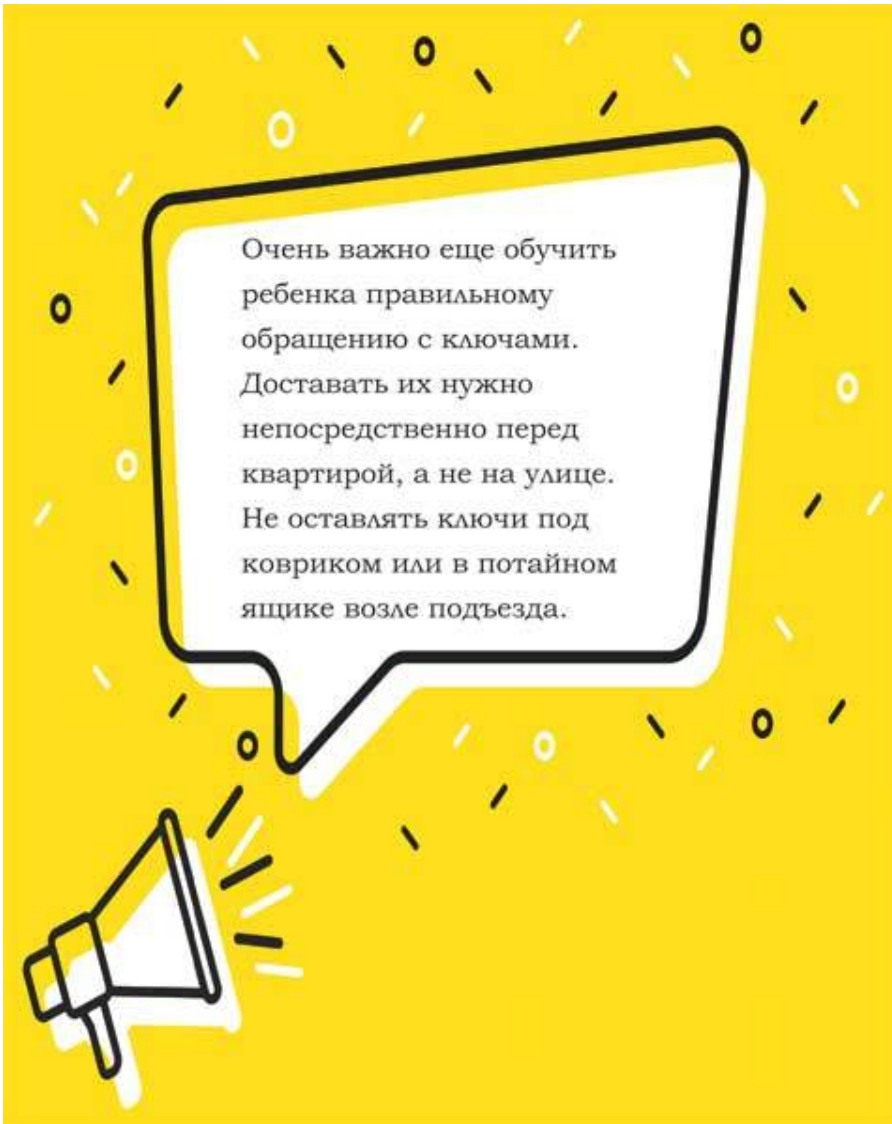
Даже если ребенок не один дома, дверь нужно запирать всегда. Это простое действие может сохранить жизнь всем обитателям квартиры. Особенно на первых этажах домов.

Однажды я приехал в гости к своим дальним родственникам в небольшой городок и остался у них на несколько дней. Утром я с удивлением обнаружил, что на ночь никто не закрыл дверь на замок. Подумал – ну случайно, с кем не бывает. Потом я обратил внимание, что дверь в семье было не принято закрывать, если дома кто-то оставался. Пошел в магазин – просто захлопнул дверь. Пошел вынести мусор – просто захлопнул дверь. Когда я спросил, почему же они так неосмотрительны, оказалось, что они

об этом вообще не думают. В подъезде всего пять квартир. И все свои. А то, что в подъезд могут зайти чужие, как-то никто и не предполагал.

Если и вы просто захлопываете дверь, когда идете в соседний магазин за хлебом, то лучше немедленно перестать это делать. Ваши дети смотрят на вас и учатся даже тому, чему вы их учить не планировали.

Лучше закрывание двери превратить в ритуал. Когда уходите, то зовите ребенка – пусть крутит замки и закрывает защелки. Проговаривайте, что вы закрываете дверь для того, чтобы было безопасно, чтобы никто к вам не зашел. Всегда объясняйте свои действия.


Очень важно еще обучить ребенка правильному обращению с ключами. Доставать их нужно непосредственно перед квартирой, а не на улице. Не оставлять ключи под ковриком или в потайном ящике возле подъезда.

Если в дверь стучат или звонят, то идти открывать её должны взрослые. При этом взрослые не открывают дверь сразу, а смотрят в глазок и всегда спрашивают: «Кто там?»

И только убедившись в том, что пришёл знакомый или ожидаемый человек, следует открыть дверь.

Одна из самых популярных ошибок родителей элементарна. Они знают, что и как нужно объяснять ребенку. Они объясняют, учат… Но сами так не делают! Как часто при звонке в дверь вы спрашиваете «кто там?». Скорее всего, вы просто посмотрите в глазок и молча откроете. А если вы будете постоянно повторять эту фразу, ребенок запомнит, что говорить нужно именно так.

Очень важно еще обучить ребенка правильному обращению с ключами. Доставать их нужно непосредственно перед квартирой, а не на улице. Не оставлять ключи под ковриком или в потайном ящике возле подъезда.

Если ребенок дома один

Если ребенок дома один и в дверь звонят, научите его не открывать её сразу, а посмотреть в глазок и спросить: «Кто там?» Если звонит или стучит незнакомый человек – не следует открывай дверь, даже если он одет в форму почтальона, полицейского, врача, сантехника, электрика и другую.

Преступники могут переодеться в любую форму или представиться соседями.

Помните, как в фильме «Один дома» сообразительные преступники переоделись в полицейских и обходили дома накануне Рождества? Под предлогом заботы и беспокойства они опрашивали взрослых о том, уедут ли они на праздники и останется ли дом под присмотром. Преступника не смогли распознать даже взрослые! Папа главного героя поздоровался с «полицейским» и с радостью выложил всю информацию – на сколько дней они уедут и какая сигнализация стоит на доме. Поэтому объясните ребенку вот что: если он увидит человека в форме у себя за дверью, то не стоит ему доверять и уж тем более открывать дверь. Даже человеку в форме ничего не может быть нужно от ребенка.

Если, например, соседи просят ребенка принести попить или дать позвонить, открывать ни в коем случае нельзя. Вместо этого нужно через дверь объяснить, как дойти до ближайшего магазина, где можно купить воды. Никогда и никому нельзя рассказывать о распорядке дня членов своей семьи. Постарайтесь донести до ребенка такое хорошее правило: вообще не вступать в разговор через дверь с незнакомыми людьми. Если же ребенка настойчиво просят открыть, научите его говорить, что он не откроет никому, кроме родителей, и это ваше семейное правило. Объясните, что если незнакомцу действительно нужна помощь, он без труда обратится в другую квартиру, где есть взрослые. Незнакомец за дверью может начать причитать, что у него случилась какая-то беда и ему срочно нужна помощь. Но ребенок ни в коем случае не должен открывать дверь, ведь о серьезных вопросах взрослые будут разговаривать только с другими взрослыми.

А если это почтальон или электрик?

Если с почты принесли телеграмму или счет, то за них нужно расписаться, значит, это могут сделать только взрослые. Поэтому дверь открывать тоже не нужно. Это касается и неожиданного визита электрика и водопроводчика, которым тоже нельзя открывать дверь. Даже если дома вдруг внезапно погас свет или прорвало трубу, ребенок должен позвонить родителям, и спросить, как поступить. В крайнем случае можно позвать на помощь соседей, которых он давно знает. Если незнакомец за дверью под разными предлогами продолжает просить ребенка открыть дверь, он должен немедленно позвонить родителям или соседям и рассказать об этом. Может случиться так, что незнакомец за дверью будет говорить, что его послал кто-то из родных ребенка. Этому ни в коем случае не нужно верить! В такой ситуации родители сами позвонили бы ребенку и сообщили об этом заранее.

Несколько лет назад в Санкт-Петербурге произошла такая история. Преступник позвонил в дверь и представился знакомым мамы. Сказал, что она «попала в беду» и нужно срочно взять из дома деньги и ценные вещи. Мальчик испугался за маму и, конечно же, открыл дверь! И сам отдал преступнику все, что тот просил. Хорошо еще, что вор оказался в некоторой степени порядочным и не тронул самого ребенка. Давай подумаем, как нужно было поступить мальчику в этой ситуации? Правильно – первым делом позвонить маме по телефону. Или другим родственникам или соседям.

Не открывать дверь

Если ваш ребенок уже большой и вы разрешаете ему самому выходить из дома, объясните ему, что он не должен покидать квартиру после того, как в дверь звонил или стучал незнакомец. Нужно дождаться родителей и рассказать им обо всём. Но если ничего подозрительного не случалось, нужно запомнить, что каждый раз, покидая квартиру, нужно смотреть в глазок. Если на лестничной площадке есть незнакомые люди, лучше подождать, пока они уйдут. Если же ребенок собрался выходить из квартиры и услышал из-за двери какой-то посторонний шум (разговоры, смех, звуки приближающихся шагов, шорох), следует немного задержаться дома до тех пор, пока звуки не стихнут.

Так же должны делать и родители, выходя из дома. Ребенок будет учиться осмотрительности на вашем примере.

Если ребенок входит в подъезд

Давайте рассмотрим ситуации, когда ребенок возвращается домой с улицы и входит в подъезд. Если ребенок возвращается домой в вечернее время, приучите его входить в подъезд с кем-нибудь из соседей. А если никого поблизости нет, пусть просит вас встретить его возле подъезда. Пытаясь войти в дом, он не должен доставать сразу всю связку ключей, чтобы её случайно не увидели незнакомые люди. Видя ребёнка со связкой ключей, преступник может предположить, что кроме ребенка никого нет дома. После чего он может предпринять активные действия: последовать за ним в подъезд, подождать, пока тот откроет дверь…

Возвращаясь домой и подходя к подъезду, ребенок должен обратить внимание, не идёт ли кто-либо следом. Если кто-то идёт – не следует подходить к подъезду. Лучше погулять на улице 15–20 минут, и, если незнакомец продолжает оставаться поблизости, нужно звонить родителям или рассказать о том, что за ним следит чужой человек, любому повстречавшемуся взрослому.

Предположим, что ребенок заходит в подъезд и видит там незнакомца – следует сразу же выйди на улицу и дождаться, когда в подъезд войдёт кто-то из взрослых и знакомых жильцов дома. Или позвони родителям и попроси его встретить. Кстати, если ребенку просто страшновато заходить в подъезд самостоятельно, обязательно договоритесь о том, что вы его встретите.

Незнакомый человек в лифте

Главное правило такое: ребенок должен сделать всё, чтобы не сталкиваться с незнакомыми людьми в подъезде и лифте. Поэтому не следует входить в свои подъезд и лифт с незнакомыми людьми. Лучше просто всегда пропускать их вперёд. Если ребенок ждет лифт, а незнакомец вдруг появился рядом, не нужно входить вместе с ним, лучше просто вернуться

на улицу, где есть люди.

Можно поступить и так: пропусти незнакомца вперед, а сам спустись или поднимись по лестнице.

Если ребенок всё-таки оказался в лифте с незнакомым человеком, не нужно нажимать кнопку своего этажа, пусть нажмёт кнопку «2». Как только лифт остановится, сразу нужно выходить на лестницу и возвращаться на улицу. Лучше дождаться кого-то из соседей, чтобы подняться домой вместе.

Ещё одно правило поведения с незнакомцем в лифте: во время движения кабины ребенок должен стоять спиной к стене и не поворачиваться спиной к незнакомцу. Если на ребенка всё-таки внезапно напали или пытаются затащить в лифт, он должен защищаться любым способом (кусаться, упираться, царапаться и отбиваться любыми предметами) и громко кричать.

Как только злоумышленник хоть на секунду ослабит хватку, нужно бежать что есть силы и громко звать на помощь: «На меня напали!»

Как звать на помощь?

То немногое, что действительно может отпугнуть злоумышленника, это внимание к его действиям со стороны других взрослых. Попав в фокус чьего-то внимания, чужак прекратит свои действия и как можно скорее скроется. Поэтому привлечение внимания к действиям незнакомца может спасти ребенку жизнь.

Самый простой и действенный способ – громко позвать на помощь: «Помогите! Я не знаю этого человека, а он что-то от меня хочет». Эта фраза быстро привлечет внимание прохожих, и злоумышленник будет вынужден уйти.

Если ребенок не хочет кричать, то он может подойти к прохожему и обратиться к нему так: «Извините, вы не можете мне помочь? Я не знаю этого человека, а он что-то от меня хочет». Это тоже хорошо сработает.

Придумайте пароль

Вместе с ребенком придумайте специальный пароль на тот случай, если вам понадобится помощь и нужно будет прислать за тобой незнакомого человека. Например, «я сварила пельмени». Если незнакомый человек позовет ребенка с собой, сказав, что с мамой что-то случилось, ребенок должен попросить его немедленно назвать пароль. Если незнакомец не сможет назвать пароль, это будет означать, что перед ребенком – злоумышленник и необходимо как можно скорее привлечь внимание взрослых.

Если всё-таки напали

Если на ребёнка все-таки напали и удерживают силой, ребенок должен вырываться, бежать туда, где много людей, кричать. Если ребенку зажимают рот рукой, нужно укусить злоумышленника за руку изо всех сил. Укус нужен для того, чтобы похититель хотя бы на секунду ослабил хватку, это позволит ребенку вырваться и бежать как можно быстрее.

Кстати, я сталкивался с тем, что дети боялись ударить преступника, потому что они знали: драться нехорошо. А ударить взрослого – тем более непозволительно. Поэтому, когда на ребенка нападают, он находится в замешательстве. Ведь он даже не осознает, что на него напали! Просто незнакомый человек делает что-то непонятное, почему-то причиняет боль. Нужно объяснить ребенку, что ради самообороны бить не только можно, но и нужно. Что если любой чужой коснется его, то нужно вырываться, бить, кричать и бежать.

Причинить похитителю резкую боль можно используя подручные средства: ручку, палку, ключ (можно вонзить в лицо, в ногу или руку нападающего), любой аэрозоль (направить струю в глаза), каблук (сильно ударить каблуком по ноге нападающего). Всё это позволит выиграть хотя бы мгновение, чтобы вырваться и убежать.

Очень хорошо, если ребенок занимается спортом, особенно боевыми единоборствами. Такие дети более сильные, ловкие и могут вырываться из захватов. В принципе любой спорт научит ребенка ловкости и сноровке: плавание, легкая атлетика, футбол, волейбол.

Главное правило

Важнейшее правило, которое быстро позволит определить

намерения чужого взрослого, такое: нормальному взрослому человеку от чужого ребёнка ничего не нужно. Если чужак настойчиво хочет чего бы то ни было от ребенка – это сигнал тревоги.

Научите ребёнка говорить нет: объясните, что если чужой человек просит его пройти куда-то или помочь что-то отыскать, нужно громко произнести «нет!» и уйти.

Научите ребёнка говорить нет: объясните, что если чужой человек просит его пройти куда-то или помочь что-то отыскать, нужно громко произнести «нет!» и уйти. Научите ребенка не брать у чужаков никаких подарков, денег, конфет; не верить, если незнакомцы обещают ему что-то купить. Он не должен соглашаться, даже если незнакомец убеждает, что отвезет его к

маме и папе. Скажите ребенку, что вы никогда не отправите за ним незнакомого человека, не предупредив его об этом. К тому же сейчас у всех есть гаджеты, а потому связаться с ребенком не составит труда.

Мы часто слышим о том, что ребенку нужно запрещать брать от незнакомых конфеты, игрушки и другие подарки, не поддаваться на уговоры и так далее. Но нужно понимать, что бывают и такие преступники, которые не тратят время на уговоры. Ведут себя агрессивно, нападают сразу.

Например, так вел себя серийный педофил из Москвы. Он нападал на детей в подъезде, резко их хватал, угрожал и уводил на ближайший пустырь. Многие потерпевшие говорили, что он был настолько злым, что они боялись даже закричать и позвать на помощь. Но в случае, когда преступник агрессивный, помочь может как раз только крик.

Научите ребенка кричать

Это один из полезнейших навыков. Благодаря громкому крику вовремя можно за пару секунд предотвратить беду. В сущности громкий крик с призывом о помощи – это самый простой способ напугать злоумышленника, который более всего опасается быть обнаруженным в момент совершения своего преступления. Но, если задуматься, не каждый ребенок на это способен. В силу своей стеснительности, замкнутости, смущенности, да и просто голосового диапазона. Трудно сделать это дома, но можно попробовать где-нибудь еще, на пикнике в

лесу, например. Научите кричать сильно, громко, исступленно, чтобы отвести беду и зло от себя. Мы все время говорим нашим детям: «Говори тише, смейся тише, играй тише, ходи тише». А сейчас пора учить их кричать, когда чувствуют насилие, атаку, угрозы, сильные руки плохих дядь. Особенный акцент делайте на том, что кричать на улице в случае опасности – можно. Детям у нас так часто запрещают шуметь и «мешать другим людям», что для них даже просто закричать «Помогите!» может оказаться неразрешимо трудной задачей. Отрепетируйте вместе с ребенком: покричите в закрытом помещении. Если не получилось, не ругайте ребенка, посмейтесь вместе и отрепетируйте еще несколько раз.

В моей практике был случай, когда женщина обратилась ко мне, потому что очень боялась за своего ребенка. С ним ничего ни разу не случалось, но мама боялась, «вдруг что-нибудь» произойдет. Она прочитала много советов, как предотвратить беду, установила видеокамеры и вставила в карманы ребенка трекеры слежения. Но самым сложным для нее оказалось научить ребенка кричать. Ребенок твердил: «Кричать плохо, не буду кричать». Ей пришлось примерно неделю ходить с ребенком и кричать на всю улицу, чтобы снять барьер.

Ненавязчиво попросите ребенка всегда рассказывать вам обо всех подозрительных незнакомцах или ситуациях, которые показались ему странными, пугающими или опасными.

1.3. Как ещё взрослый может предотвратить беду?

Вы что-что заподозрили

Передвигаясь по городу, присматривайтесь к местам скопления детей и подростков: кафе, игровые площадки, развлекательные центры. Если вы заметите подозрительных людей (не похожих по поведению на родителей), общающихся с детьми, потратьте 15 минут своего личного времени и попытайтесь понять, что происходит на самом деле. Если возникла уверенность, что ребенок подвержен риску и человек уводит ребёнка, что может быть заметно по поведению, обратите на это внимание ближайшего полицейского или службы безопасности заведения.

Если вы стали свидетелем того, как взрослый человек просит о помощи не своего ребенка, бейте тревогу, вмешайтесь, не бойтесь выглядеть глупо. Важное правило таково: нормальный взрослый не станет просить помощи у ребенка. Да и просто лишний раз заговаривать и угощать чужого ребенка сладостями нормальный взрослый человек без разрешения его родителей не станет. Если незнакомец предлагает ребенку пройти за ним, то очень вероятно, что этот человек – похититель. Причем выглядеть он может весьма респектабельно.

Вы можете подойти к ребенку и спросить его: «Мальчик, ты знаешь этого дядю?» Если вы видите, что ребенок напуган, что сам взрослый очень подозрительно себя ведет, – это повод бить тревогу.

Если вы вмешались, но понимаете, что сами никак не можете повлиять на ситуацию, то срочно звоните в правоохранительные органы и сообщайте, что в таком-то месте посторонний человек ведет себя подозрительно, настойчиво разговаривая с незнакомыми детьми.

Если у вашего ребёнка появился взрослый друг

Если у ребёнка появился взрослый друг, деликатно выясните, что это за человек, при каких обстоятельствах произошло знакомство и что именно их связывает. Вполне возможно, что ребёнок просто заинтересован чем-то, о чём вы не подозреваете. Ни в коем случае не стоит пытаться разрешить сложившуюся ситуацию, если она вам не нравится, радикальными методами. Помните, что никакие запретительные меры воздействия не помогут. Они только осложнят ваши семейные отношения. Лучше подумайте, почему это произошло и чего не хватает ребёнку. Мне известен случай, когда родители сами спровоцировали общение сына со взрослым мужчиной. Мальчику 13 лет, мужчине 51. Вот как это произошло. Сосед дядя Федя жил одиноко, семьи не было, работал строителем, друзей на работе не завел. Мальчик Никита был из полной семьи, хорошо учился, но родители не разрешали общаться со сверстниками: мальчишки пробовали курить, пили пиво и часто дрались. Вот на этой почве разновозрастные друзья и познакомились. Дядя Федя приглашал мальчика на чай, сам ходил в гости к его родителям, брал мальчика с собой на рыбалку и охоту, в общем стал почти членом семьи. Родители были очень

рады – ребенок под присмотром, по подворотням не шатается. Почему эти двое сдружились? Дядя Федя не реализовал себя как отец, его тянуло к детям. А мальчику не хватало старшего товарища, наставника – по идее эту функцию должен был выполнять его родной отец, но ему было все время некогда. Тревогу забили учителя в школе. Когда дядя Федя стал приходить на родительские собрания, стали возникать вопросы «а что это собственно за дядя?». К счастью, в этой истории не было никаких преступных действий, здесь были только внутрисемейные проблемы, которые пришлось потом «разгребать». Мужчина заигрался в отца, мальчик абсолютно оторвался от своей семьи, а родители даже особо и не заметили, как это произошло. Поэтому, если ваш ребенок вдруг стал дружить со взрослым человеком, проявите бдительность! Обязательно познакомьтесь с этим человеком, узнайте, где и кем он работает и кто ещё входит в круг его общения. Если человек представляется работником детского учреждения, обязательно убедитесь в этом. При малейших подозрениях на криминал обратитесь в полицию.

Не так давно в Курской области было ужасное происшествие. Ребенок возвращался домой из школы, зашел в свой двор, подошел к своему дому, но до квартиры так и не дошел. Мальчика искали несколько дней. Оказалось, что по пути к квартире его «перехватил» сосед. Ребенок не почувствовал никакой беды, ведь этого человека он давно знал. И все его знали, только никто не догадывался о том, что у мужчины есть психические расстройства.

К сожалению, в этой истории все закончилось трагически… Сосед убил ребенка, но так и не раскаялся в содеянном. Самое ужасное, что родители предупреждали мальчика о том, что нельзя общаться с незнакомцами, садиться к ним в машину, брать подарки, идти за ними, если позовут. Но сосед был ребенку знаком, поэтому он и пошел вместе с ним.

Этот печальный случай учит нас тому, что нельзя доверять даже знакомым. И если знакомые куда-то зовут, то сначала надо позвонить родителям и спросить разрешения, рассказать о том, что происходит.

Еще один случай, о котором я узнал не так давно. У ребятишек была дружная компания – три девочки и три мальчика, все жили в одном доме и учились в одном классе. Всем по девять лет. И вот периодически с ними на прогулках стали замечать Сережу. «Мальчику» было 27 лет и жил он в соседнем доме. Сережа быстро познакомился с родителями детей, произвел на них прекрасное впечатление и стал «присматривать» за детьми.

Иногда забирал их из школы, иногда водил в кино, иногда брал с собой на пикник. И тут опять родители были просто в восторге от нового друга. Почему-то никого не смутило, что взрослый мужчина тусуется с детьми. Сережа объяснял это тем, что он начинающий педиатр и ему важно учиться выстраивать отношения с детьми, наблюдать за ними. Особенно сильно переживала бабушка одного из мальчиков, но родители не восприняли всерьез ее опасения. А спустя три месяца старший товарищ обокрал эти семьи. Оказалось, что дети дали ему свои ключи, рассказали распорядок дня семьи, водили его в гости, пока не было родителей, играли в экскурсоводов и показывали что где лежит. К счастью, сами дети не пострадали, но все ценные вещи из квартир пропали. Пропал и новый друг.

Часть 2. Травля. Вашего ребёнка обижают

2.1. Травля или конфликты?

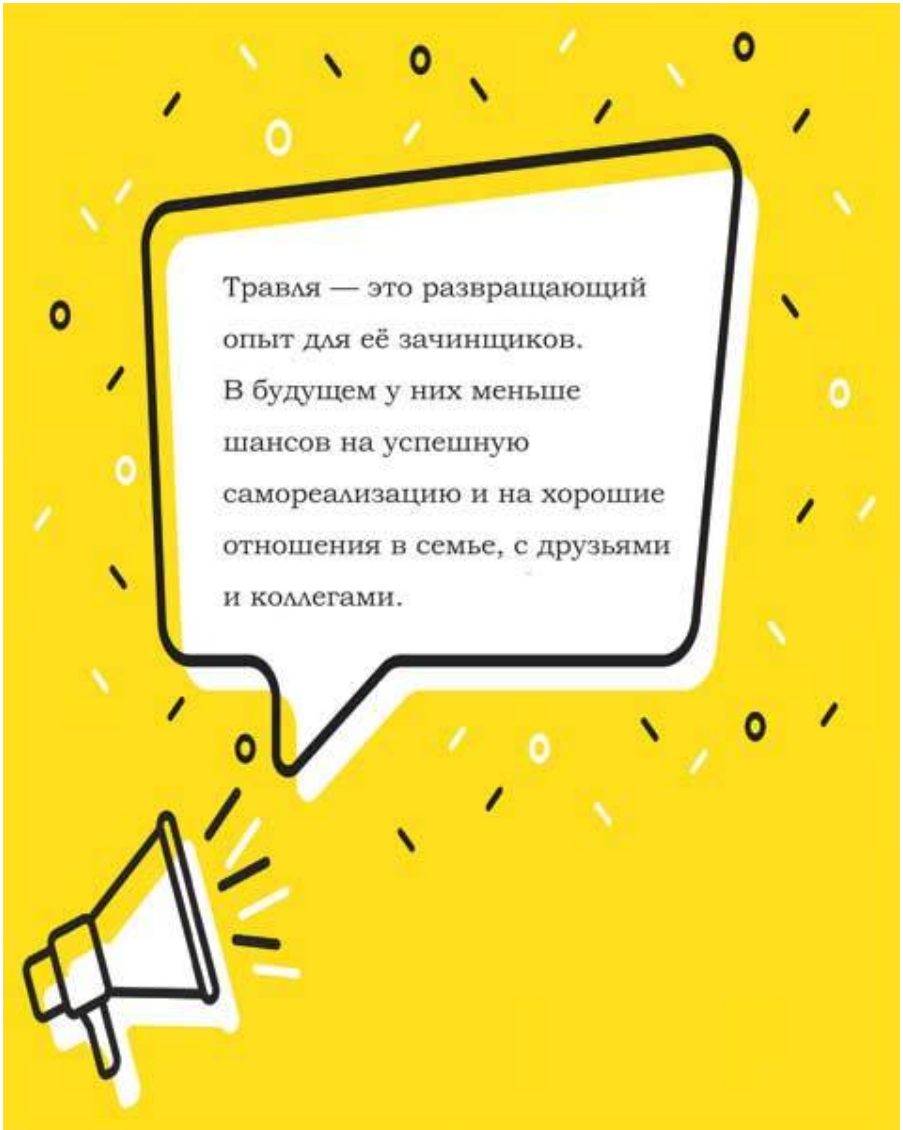
Почти всю историю человечества выживание конкретного индивида зависело от его благополучных отношений с группой, с окружением, ведь одному было не выжить, не найти пропитания и не спастись от угроз. Отвержение группой, изгнание из группы на протяжении многих сотен тысяч лет означало неминуемую смерть. Поэтому, оказываясь в ситуации травли, мы испытываем сильнейший стресс, витальный (связанный с угрозой жизни) ужас, даже если своей рациональной частью понимаем, что сейчас наше выживание от отношения к нам группы настолько не зависит.

Травля – это развращающий опыт для её зачинщиков. В будущем у них меньше шансов на успешную самореализацию и на хорошие отношения в семье, с друзьями и коллегами. Такие дети невольно учатся подавлять других, не получая отпора. Кроме того, травля – это очень травматичный опыт для свидетелей, они испытывают мучительный внутренний конфликт, поскольку уже чувствуют, что происходящее – аморально, но еще не имеют сил осознать, что именно не так, и найти выход из ситуации. Кроме того, они боятся, что, заступившись за жертву, сами станут жертвой, поэтому невольно подыгрывают агрессору, стараясь не чувствовать стыд и унижение. Их представление о себе как «хороших людях» сильно страдает. Ситуация травли в классе и в школе погружает в стресс всех детей, ведь если у нас так можно, если травля в порядке вещей, часть обычной жизни, значит, нельзя быть уверенным, что завтра этого не сделают со мной, нельзя расслабиться ни на минуту. Стресс истощает детскую психику, не дает сосредоточенно работать, не оставляет места учебной мотивации, любознательности, развитию способностей, творчеству.

Как распознать ситуации, когда границы уже давно пройдены и требуется немедленное вмешательство родителей, школы, психологов? Чем отличается обычный школьный конфликт от травли?

Под травлей понимают осознанное физическое или психологическое насилие, направленное на одного и того же ребенка (или группу детей) и повторяющееся систематически на протяжении длительного времени. Это определение содержит четыре важных элемента, на которые следует обратить внимание родителям и учителям. Эти признаки и отличают травлю от

обычных конфликтов, которые неизбежны в любом, даже самом дружелюбном и благополучном детском коллективе.


Травля — это развращающий опыт для её зачинщиков. В будущем у них меньше шансов на успешную самореализацию и на хорошие отношения в семье, с друзьями и коллегами.

Травля – это агрессивное по отношению к другим поведение, которое влечет за собой умышленные насильственные действия. Другими словами, не просто сказал: «Вася, ты дурак», но нарисовал фотожабу, компрометирующую умственные способности жертвы, и расклеил по всей школе. То есть в отличие от конфликта, который тоже может закончиться дракой или оскорблениями, травля – это намеренное и продуманное причинение страдания и вреда.

Кроме того, травля – это долгосрочный процесс постоянно повторяющегося насилия. Конфликт, каким бы острым и жестким он ни казался окружающим, – это одномоментное событие. У него есть четкий алгоритм развития – есть противоборствующие стороны, есть предмет конфликта (то, что стало яблоком раздора), есть период конфликтного взаимодействия (в процессе которого решается, кто прав, а кто не очень), и, наконец, есть однозначный итог, который так или иначе разрешает конфликтную ситуацию. Травля может продолжаться очень и очень долго, пока жертва и агрессор находятся хоть в каком-то личностном взаимодействии.

При травле такая бесконечная петля насилия возникает потому, что жертва самостоятельно не может остановить травлю. В конфликте, в отличие от травли, обе стороны несут ответственность за происходящее. Один оскорбил, другой ответил, первый пнул портфель, второй стукнул учебником по голове, это всегда обоюдный процесс. И вот здесь уместны рассуждения родителей и педагогов о том, кто прав, а кто виноват, как надо изменить свое поведение, чтобы не получать от одноклассников по голове регулярно, и почему вот та девочка не хочет с тобой сидеть за одной партой и называет тебя нехорошими словами. А причина травли никогда не связана с поведением жертвы. Ребенок может пытаться игнорировать обидчиков, лезть драться, устраивать ответные пакости, делать фотожабы, пытаться подружиться с агрессорами и многое другое. Это никак не повлияет на агрессоров.

Травля начинается только в том случае, если в коллективе есть ребенок или группа детей, которых назначили на роль жертвы. И это третье и очень важное отличие от конфликта. Жертвой травли может оказаться кто угодно. Это не зависит от социального статуса семьи, национальности, религиозных предпочтений, внешности или наличия проблем со здоровьем.

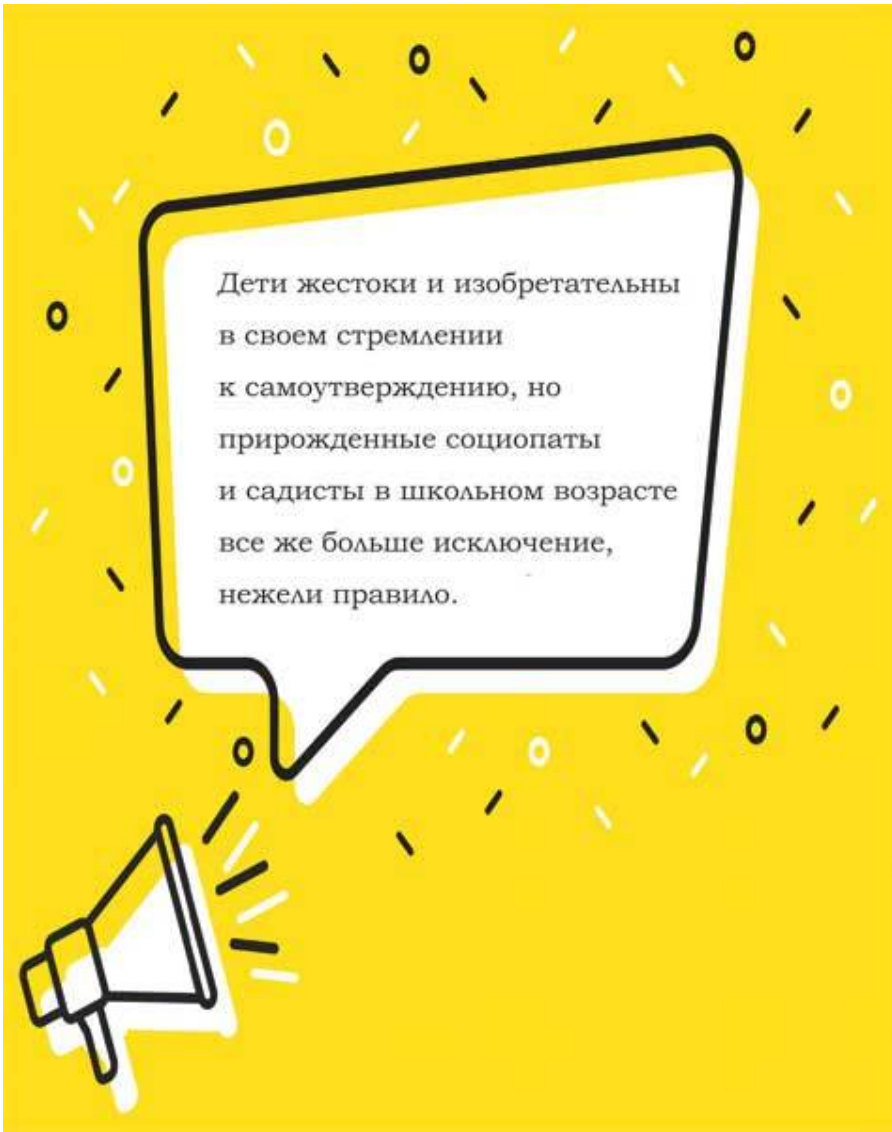
Так как я регулярно веду лекции в школах, мне известно немало разных случаев, когда детей травят в школе. Вот очередной случай. Одного мальчика унижали из-за того, что он был плохо одет. Дети выливали на одежду корректоры, краски, резали и прожигали его куртку. Порой детские требования к одежде, к внешнему виду заходят сильно далеко. Например, одно время среди молодежи было популярно движение «поясни за шмот». Одни ребята приставали к другим, спрашивали откуда их

одежда, насколько она фирменная, если у кого-то была подделка, то такого ребенка избивали, снимали это на видео, рвали одежду, отнимали ее. Но одежда далеко не единственная причина для издевательств.

Другую девочку травили из-за большого носа. Несколько лет она страдала от постоянных насмешек, оскорблений. Ей даже подбросили дохлую крысу в портфель.

Был мальчик, которого избивали за то, что он хорошо учится. То есть на молодежном сленге такого ученика называют «ботан».

Дети жестоки и изобретательны в своем стремлении к самоутверждению, но прирожденные социопаты и садисты в школьном возрасте все же больше исключение, нежели правило. Поэтому, утратив возможность безнаказанно травить жертву, они теряют интерес и к самому процессу. И здесь мы видим четвертый и, пожалуй, главный признак, который отличает конфликт от травли, – дисбаланс власти и силы. В случае конфликта обе стороны обладают одинаковой властью и способны влиять на ситуацию. Если ребенок утратил интерес к предмету конфликта, то ситуация разрешится сама собой. Если одна сторона получила желаемое, другая потеряла интерес, либо обе стороны нашли приемлемый компромисс, то конфликт исчерпает себя. В случае же травли агрессор обладает определенными качествами или статусом, что дает ему ощущение власти над другим. А пассивное поведение взрослых равноценно одобрению для агрессора и отказу в помощи для жертвы. Раз мне никто не говорит, что я неправильно себя веду, значит, все хорошо и можно продолжать. Раз никто ничего не делает, чтобы прекратить издевательства, значит, я это заслужил, я сам виноват, мне надо потерпеть и т. д. Более того, иногда жертвы боятся пожаловаться учителю, они боятся разозлить своих обидчиков еще больше. Поэтому учителю так важно внимательнее приглядываться к ученикам, к их общению, чтобы не пропустить опасный момент. Ведь дети могут потерять контроль над ситуацией, и травля может повлечь за собой серьезные увечья.



У жертвы травли нет возможности самостоятельно повлиять на ситуацию. Поэтому ей необходимо помогать, нельзя оставлять ребенка один на один с травлей, советовать не обращать внимания или попытаться понравиться обидчикам, требовать искать причину в себе или учиться давать физический отпор. Конфликт – важная часть взросления. Издевательства – нет. Издевательства ожесточают, травмируют, и это не имеет никакого отношения к взрослению. Конфликт же может быть разрешен детьми самостоятельно.

Многие родители и сами виноваты в том, что травля детей заходит слишком далеко. Если ребенок жалуется дома на то, что

его обижают, то какой самый частый совет ему дают родители? Конечно, зависит от характера самих родителей, но, как правило, вариантов в основном два: «давай сдачи» или «не обращай внимания и отойди от обидчиков». Но родители не осознают, насколько тяжело может быть их ребенку. Для многих детей «дать сдачи» – это сложное испытание. Если ребенок вежливый, воспитанный, добрый, если у него развита эмпатия, если он послушный и отзывчивый, то для него может быть очень сложно ударить человека. Переступить через себя. Кто бьет людей? Плохие и непослушные. Значит, и ему нужно стать плохим? А как быть девочке, если с детства ей твердили, что «девочки не дерутся»? Восприятие детей работает совсем по-другому. И родителям стоит об этом помнить, прежде чем давать советы. Более того, если вы узнали, что ребенка в школе травят, – расспросите его, узнайте все подробности. Устройте доверительный разговор и избегайте фраз типа «мальчики не плачут», «ты не девочка, чтобы жаловаться», «приличные девочки в драку не лезут» и так далее. Доверительный тон беседы очень важен, потому что ребенок может постесняться рассказать о каких-то издевательствах и оскорблениях, ему может быть стыдно даже перед вами. Ребенок может бояться называть имена обидчиков, поэтому нужно создать максимально комфортную атмосферу во время разговора. Первым делом после такого разговора родители должны звонить учителям, другим родителям и бить тревогу. Вовремя прекращенная травля может спасти физическое и психическое здоровье вашего ребенка.

Но есть и более сложные ситуации, когда дети не говорят о своих проблемах и о травле, взрослые узнают обо всем, только когда происходит настоящая беда. Я помню, ко мне за советом обращались родители девочки, которую жестоко избили одноклассники. Нужна была серьезная психологическая помощь и поддержка. Но когда я узнал, что над девочкой издевались на протяжении полугода, травили ее почти всем классом, мне стало очень обидно за этого ребенка. Ведь столько взрослых могли предотвратить эту ситуацию! И никто не заметил проблемы. Поэтому я настаиваю на том, что родители должны всегда находить время на общение со своим ребенком. Тут прошу прочитать еще раз внимательнее. Общение со своим ребенком. Именно общение. Хочу отметить, что «общение» это не блиц-опрос за обедом после школы. «Что сегодня получил?», «Почему тройку?», «Что задали?», «Сколько было сегодня уроков? А завтра сколько?». Все это – не общение, это опрос, допрос, ну, называйте как угодно. Общение – это когда вы знаете по именам одноклассников вашего ребенка, знаете, кто с кем в каких

отношениях, кто кем мечтает стать, знаете, с кем после школы шел ваш ребенок и что они обсуждали, знаете какие клички у учителей, кто из учителей вашему ребенку нравится, а с кем он не ладит. И прочее, и прочее, и прочее. Самый эффективный способ установить доверительные отношения – практиковать их с самого детства. Хорошо, когда в семье есть традиции обмениваться впечатлениями за день. Собрались все за ужином, и давай по очереди рассказывать. Но не сухую выжимку, мол, поработал, поехал домой на автобусе номер 85, купил хлеба и вот теперь сижу и ем котлеты. Приучайтесь описывать свой день подробно, рассказывайте домашним о своих коллегах, как они выглядят, какие они люди, чем они интересуются, что носят. И расспрашивайте ребенка, пусть побольше рассказывает про одноклассников, учителей, охранника, работников в столовой. И старайтесь запоминать все имена, для ребенка это важно. Он разделил с вами свой мир, и вы активно этим миром интересуетесь. А когда интересуются, тогда и хочется рассказывать.

И еще одна тонкая грань – не опускайтесь до комментариев. Если вам дочка рассказала, что они сегодня с Машей обсуждали, кто из мальчиков в классе симпатичнее, то не надо включать кнопку «самая правильная мама в мире» и заявлять, что рано, мол, еще мальчиков обсуждать. Лучше поддержите эту беседу, пообсуждайте это сами с дочкой – вы друг, а не сторож. Правда, друг бдительный, внимательный и мудрый!

Ещё один недавний случай. Девочка постоянно отказывалась идти в школу. То у нее температура, то она подвернула ногу, то сломался дома замок и не смогла закрыть дверь. Мама привела на прием к психологу. И надо отдать должное этой маме – она понимала, что вести ребенка силком нужно именно к психологу, а не в школу. После долгого разговора выяснилось, что над девочкой издеваются одноклассники. Пока только словесно. Издевки, дразнилки, мелкие пакости. А в последний раз, когда она попыталась дать им отпор, они пригрозили серьезными разборками и сказали, что даже позовут старшеклассников. Поэтому она и боялась идти в школу. Поэтому и придумывала сотни разных причин. Более того, обидчики о своих угрозах не забыли и каждый день писали ей в социальных сетях оскорбительные сообщения, что, мол, трусишь и в школу специально не идешь. Прямо из моего кабинета мама отправилась в школу, поставила в известность директора и учителей. И уже сама не отпускала ребенка в школу, пока не произошло серьезное собрание и пока взрослые не остановили эту необоснованную

травлю. И это, кстати, очень правильное решение.

Если ребенок говорит вам, что боится идти в школу, потому что его там обижают, не воспринимайте эти слова слишком легко и не отшучивайтесь. Некоторые могут подумать, что это ребенок так отлынивает от учебы или хочет сбежать с контрольной. Но, как правило, если ребенок открыто говорит, что больше не хочет идти в школу, что он боится, что ему страшно, – это значит, что ситуация достигла своего апогея. Что ребенок уже не знает, как справиться самому, и он просит у вас защиты. А лучшая защита для него на этот момент – не показываться туда, где угрозы и издевательства. Разрешите ребенку остаться дома день, два, даже неделю, если это нужно. За это время постарайтесь выяснить все подробности происходящего. И дальше уже решайте вопрос на уровне руководства школы.

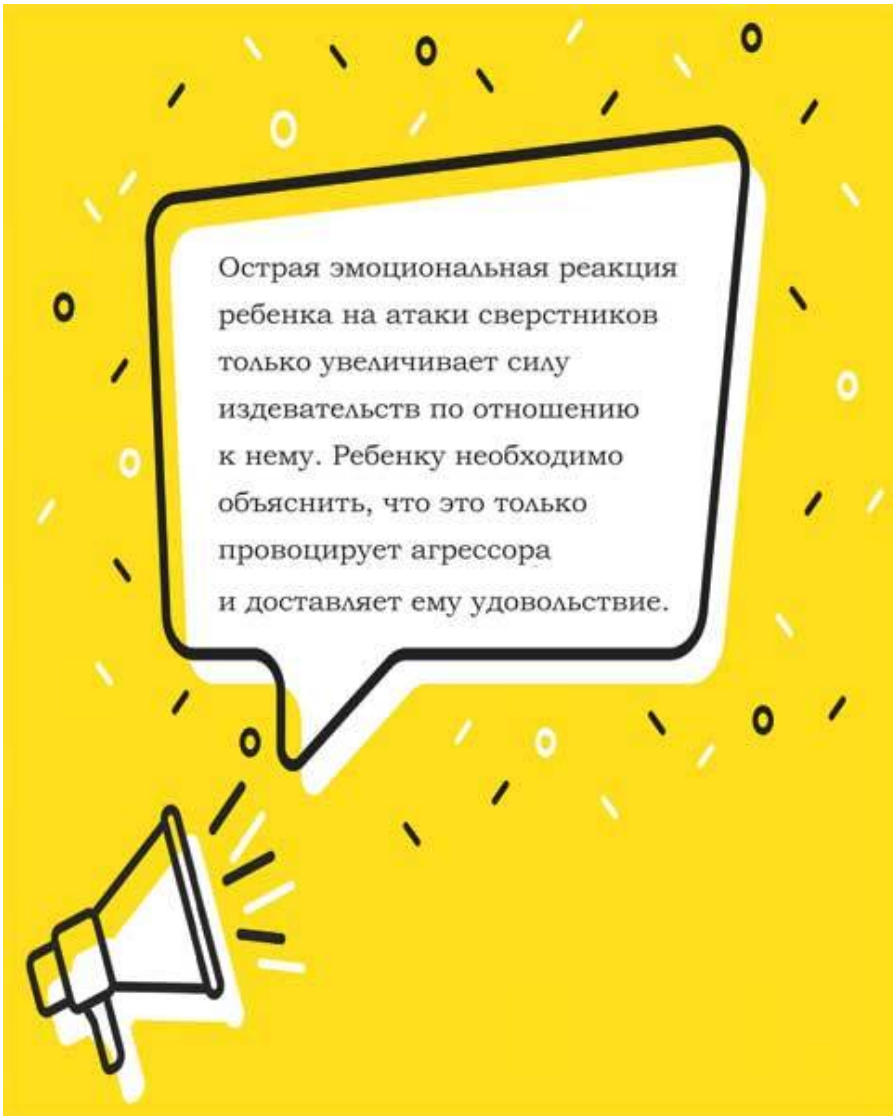
Еще раз повторяю: внимательно наблюдайте за вашими детьми, слушайте их. У моих знакомых произошел ужасно неприятный случай. Дочка-семиклассница как-то пришла домой и сказала, что ее дразнят из-за длинных кос. Мама с гордостью сказала – не обращай на них внимания, они завидуют, косы у тебя шикарные. Через несколько дней дочка пришла с жвачкой в косе – плюнули одноклассницы. Мама жвачку аккуратно вырезала и посоветовала с этими девочками вообще больше не разговаривать. На следующий день учительница позвонила маме и сказала, что девочки на уроках не было. Мама долго ругалась, как же так, дочь-прогульщица! Дочка попыталась объяснить, что она боится идти в школу, потому что ее дразнят. Мама не придала этому значения, сказала, что это все только предлог, чтобы прогулять уроки, а если уж ее дразнят, пусть разберется с этим сама, не маленькая. На следующий день она сама лично отвезла ребенка в школу. А вернулась девочка домой уже без кос и с ссадинами на лице. После урока ее затащили в туалет и там отрезали косы. Конечно, косы здесь только предлог для выражения агрессии, яркая черта, за которую смогли зацепиться зачинщики травли. Если бы мама прислушалась к ребенку и уловила бы серьезность проблемы, то, возможно, и косы, и психика девочки были бы целы.

Кстати, не стоит путать травлю с непопулярностью – ситуацией, когда ребенка просто недолюбливают сверстники. Если кого-то из детей в классе не любят, у него нет друзей, его неохотно принимают в игру, но насилия в его адрес нет, это не травля, а непопулярность. При непопулярности человеку может

быть обидно, грустно и одиноко. Популярность среди сверстников в детском возрасте завоевать довольно просто. Но тут должны помочь родители, так как популярность требует финансовых вложений. Дети ценят, если у сверстника появился новый телефон, новые хорошие вещи, он сходил на концерт популярного среди молодежи исполнителя, пошел в какую-либо секцию. Так ребенок становится интересен и более раскрепощен.

Также ребенку можно организовать интересный день рождения, на который захотят прийти сверстники.

Внимательные родители могут распознать сами, популярен ли их ребенок. Достаточно посмотреть, как с ним общаются на детской площадке или когда вы забираете его из школы. Если вы видите, что отношения со сверстниками не складываются, лучше приложить максимум усилий именно в начальной школе, чтобы у ребенка пораньше появились друзья. Узнайте у ребенка, какие ребята ему нравятся, кого бы он хотел пригласить в гости или в детский клуб. Отдайте ребенка на занятия в какую-либо секцию, где он сможет открыть свои таланты и почувствовать себя уверенно. Чаще хвалите ребенка и меньше его критикуйте – это тоже повысит его уверенность в себе.


Острая эмоциональная реакция ребенка на атаки сверстников только увеличивает силу издевательств по отношению к нему. Ребенку необходимо объяснить, что это только провоцирует агрессора и доставляет ему удовольствие.

Все эти советы касаются популярности. Если ребенка травят, дела обстоят серьезнее. Когда ребенка травят, то ему страшно, он не чувствует себя в безопасности. Никто не может обещать каждому ребенку в классе, что он будет всем нравиться. Но безопасность, физическую и психологическую, школа обязана обеспечить каждому ученику.

Острая эмоциональная реакция ребенка на атаки сверстников только увеличивает силу издевательств по отношению к нему. Ребенку необходимо объяснить, что это только провоцирует агрессора и доставляет ему удовольствие. Следовательно, если изменить свою реакцию, то детская травля должна прекратиться. Но ни в коем случае нельзя путать травлю с физическим

насилием.

В отличие от конфликтов или непопулярности, травля – это патология, сигнал, что дети не смогли справиться с вызовами взросления. При травле единственный верный путь – это вмешательство взрослых.

Учитель для школьников, особенно в младшем и раннем подростковом возрасте, априори является авторитетной фигурой. Если в классе зафиксированы факты буллинга (а мы говорили о том, что это всегда длительный процесс), это означает, что педагог не контролирует ситуацию либо одобряет ее. Ситуаций, когда в буллинге виноваты все, кроме учителя, не бывает.

Вероятность появления буллинга в школьном коллективе очень высока просто потому, что это связано с естественными процессами взросления подростка. НО! Травля – это всегда патология развития. Поэтому вмешательство взрослых не просто желательно, оно необходимо. Когда вы видите симптомы болезни, вы вызываете врача. Травля – это болезнь коллектива. Само не пройдет. Зато может иметь очень неприятные последствия в будущем, причем как для жертвы, так и для агрессоров. Поэтому вмешиваемся в ситуацию без сомнений и колебаний, а также привлекаем всех нужных специалистов: юристов, психологов, учителей, инспекторов по делам несовершеннолетних и т. д.

Издевательства над другими – это прежде всего способ самоутверждения. Способы травли зависят от того, что в данном коллективе наделяется оценками «круто» и «не круто». Что является ценностью, а что осуждается. От чего дети желают дистанцироваться, но частью чего, напротив, активно желают быть.

Некоторые психологи считают, что травля – это форма компенсаторного поведения и следствие комплекса неполноценности преследователя. У таких детей разрыв между текущей самооценкой и «желаемым Я» больше, чем у других, а возможностей компенсировать его за счет своих способностей в учебе, спорте или других видах творческой деятельности недостаточно.

Такое разрушительное поведение обычно начинает сказываться и на учебе, и на отношении к школьным и домашним обязанностям. Агрессор будет раздвигать границы своей власти, пробовать силу в отношениях с близкими ему людьми, младшими детьми в семье или пожилыми родственниками. В еще более

отдаленном будущем вовремя не пресеченная детская агрессия аукнется поведенческими отклонениями. Ребенок-агрессор принимает как должное, что насилие сходит ему с рук, и поэтому не стремится выстраивать отношения другим образом. Агрессия может становиться его основным методом взаимодействия с миром, и у ребенка появляется уверенность, что всегда прав тот, кто сильнее. Соответственно, такой человек и во взрослом возрасте стремится любыми способами сохранить власть за собой, а при встрече с кем-то более высокопоставленным ожидает унижений в свой адрес. У него формируется черно-белая картина отношений в социуме – либо ты агрессор, либо жертва. Многие родители очень остро реагируют на агрессию своего ребенка и пытаются решить проблему «силой», применяя физические наказания, игнорируя и переставая общаться, запрещая гулять, отбирая телефон или планшет. Тем самым, они могут только усугубить проблему. Правильнее всего разобраться в ситуации, выяснить истинные причины агрессии ребенка. Сделать это можно при помощи специалистов, или родители могут разобраться в проблеме самостоятельно. Но хочется предупредить, что следует набраться терпения, ведь, как правило, с первого раза разобраться в ситуации не получится, и стоит приложить достаточно усилий, чтобы расположить ребенка к себе и завоевать его доверие. Зачастую агрессия – маскировочное поведение, чтобы скрыть свои комплексы, неуверенность, а также это один из способов самореализации. Почему ребенок в принципе становится агрессивным по отношению к сверстникам? Одна из главных причин – в семье. Если ребенка часто и необоснованно наказывают, если часто ставят в угол, если в ход идет ремень и оплеухи – все это отражается на психике ребенка. Он усваивает, что все решается силой. Взрослые сильные родители направляли агрессию на ребенка, который априори слабее и меньше. Вот и ребенок направит свою агрессию на слабых и беззащитных. Причем страдают не только дети, но и животные. В моей практике бы случай, когда ребенок выплескивал накопленную обиду на своего кота. Он его сильно бил, щипал. Кот был настолько запуган, что даже не царапался в ответ, а просто старался избегать контакта с ребенком. На что был так обижен малыш? На своих родителей, которые постоянно его наказывали за любой проступок. Излишняя строгость – такая же крайность, как и излишняя вседозволенность.

Психологические исследования показывают, что самая высокая степень агрессивности и раздражительности у тех детей, кого часто и достаточно жестоко наказывали родители.

В агрессию может выплескиваться и дисгармония в

отношениях членов семьи: конфликты родителей, ссоры с бабушками и дедушками, вражда и ревность братьев и сестер. Мы привыкли, что хулиганы и драчуны, агрессивные дети, как правило, живут в неблагополучных семьях. Но такая модель поведения может быть реализована и у успешных, состоятельных родителей.

Среди моих не знакомых есть семья – достаточно успешные люди, работают в крупной международной компании, имеют прекрасное образование, ездят на хороших машинах, часто ездят отдыхать. В общем, успешные люди с хорошим достатком. Я знал, что у них есть ребенок, но никогда его не видел. И вот мы пересеклись на общем выезде на природу, все были с детьми. Я был буквально ошарашен, когда увидел, как они обращаются со своим трехлетним сыном. Он «получал» буквально за все.

Громко крикнул – подзатыльник. Упал и запачкал штаны – по попе. Заплакал – игрушка отправляется с багажник. Обращения к ребенку были соответствующие: дурак, придурок, глупый, не ребенок, а наказание. Ребенок хотел к себе внимания, отвлекал родителей и задавал им вопросы, привлекал внимания криком и шумом. Но родители не понимали, что он просто хочет с ними пообщаться, не знает, как это выразить по-другому, вот поэтому и шумно себя ведет. Для родителей он – хулиган, непоседа, ужасный ребенок. Где-то к середине вечера ребенок начал баловаться и кидать еду со стола. Эти интеллигентные родители начали вдвоем на него кричать, и в ход пошли угрозы. «Заведем в лес и оставим, там волки тебя съедят», «уедем, а ты будешь за машиной бежать, но никто дверь не откроет». Когда я попытался намекнуть родителям, что ребенок балуется от нехватки внимания, родители посмотрели на меня недоуменно. Чего ему не хватает? Его и так взяли с собой, игрушки ему купили, вот роботы, вот машина на самоуправлении. К сожалению, многие родители не хотят или не могут тратить время на детские игры. Если бы папа отошел от стола и просто бы поискал с сыном жуков или пособирал бы шишки – баловства было бы меньше. Эти родители меня не поняли, а я понимаю, что когда их ребенок подрастет, то он уже не будет требовать к себе внимания, не будет капризничать. Он вполне может стать драчуном, хулиганом, плохим учеником, а в конце и агрессором.

Бывает, что дети начинают вести себя агрессивно, насмотревшись «жестких» фильмов или наигравшись в компьютерные игры.

Часто такое поведение – признак становления нервной системы, которая не справляется с объемом работы.

В любом случае, если вы понимаете, что агрессия вашего ребенка зашла слишком далеко, если от его действий начинают страдать другие дети и даже учителя – это значит, что нужно принимать масштабные меры. Не бойтесь идти к психологу или даже психиатру – если дело в неправильной работе нервной системы, то иногда скорректировать поведение могут специальные препараты.

У уверенного в себе взрослого с осознанной собственной моральной позицией, имеющего хороший контакт с детьми, есть все возможности остановить травлю буквально за несколько минут. Ему достаточно, увидев травлю в самом начале, выразить детям свое неприятие этой ситуации, и все немедленно стихнет. Если ситуация уже существует давно и запущена, понадобится больше внимания и усилий, возможно, понадобятся новые знания или помощь коллег, но результат обязательно будет.

И наоборот, если взрослый, работающий с детской группой, не берет на себя ответственность или тем более в глубине души согласен с системой правил, в которой «не таких» можно травить, ситуация может сохраняться годами, пока не выплеснется в трагедию или дети не уйдут из класса, унося в дальнейшую жизнь опыт насилия.

Про эти трагедии обычно говорят в выпусках новостей. Последнее время становится особенно популярным не просто издеваться над жертвой, но и снимать это на видео, а потом выкладывать в сеть. И конечно, там мы видим пугающую хладнокровность и упоение своей властью. Причем подобные видеосъемки быстро набирают популярность – иначе чем объяснить, что подобные случаи происходят по всей России?

2.2. Что должен знать ребенок о травле в школе?

Во-первых, объясните ребенку, что издевательства и унижения в школе – это ненормально и с этим нужно бороться. А так как в одиночку ребенку бороться не под силу, ему обязательно придут на помощь взрослые. Важно понять, в какой момент следует обращаться за помощью ко взрослым, ведь в жизни многих людей было так, когда одноклассники-задиры тыкали пальцами, обзывались, говорили неприятные вещи, хохотали. Почему с некоторыми ребятами такое происходит?

Важно донести до ребенка, что дело тут не в нём. Когда кого-то травят, всегда кажется, что на это есть причина. Он (она) же такой (такая). Какой такой? На самом деле, неважно. Слишком умный, слишком глупый, слишком толстый, слишком худой, слишком странный, слишком обыкновенный, так одет, сяк одет, тем увлекается, этим занимается. Да какая разница? Что-нибудь да найдется. Потому что дело не в том, кого травят, не в его качествах и особенностях. Если бы это было так, то было бы одно и то же во всех ситуациях: скажем, всегда травят толстых или двоечников. Но есть множество полных ребят, которых не трогают. И есть очень стройные, над которыми издеваются. Есть двоечники, с которыми все дружат, и есть отличники, которым не дают прохода. Нет никаких особых, специальных качеств, которые заставляют травить человека. И нет никаких качеств, которые бы точно от травли спасали. Травля не связана с конкретными людьми. Травля – это плохое правило, которое вдруг завелось в этой группе. **Если в классе принято травить, то травить могут кого угодно и за что угодно. А если нельзя, то очень разные дети могут в нем жить дружно и спокойно.**

Чтобы разобраться в настоящих причинах травли, нужно понять, что всегда есть тот, что играет роль обидчика, и тот, что играет роль жертвы. Это всего лишь роли. То есть маски, которые по какой-то причине надевают дети. Обидчики – это обычные дети, которые хотят дружить и чтобы с ними дружили в ответ, хотят привлечь к себе внимание, но делают это неправильно и причиняют обиду и боль окружающим. Обидчики могут обзываться, делать гадости или даже драться. Им трудно вести себя по-другому, потому что их так воспитали. Обидчик всегда находится в поисках жертвы. Он ищет не тех, кто носит очки,

невелик ростом или полноват, он ищет тех, кто будет играть роль жертвы. Другими словами, он ищет тех, кто не сможет себя защитить и начнет вести себя как жертва.

Когда мы говорим об охране личных границ, мы должны понимать, что этот навык не является врожденным. Научить ребенка уважать свои границы и свою личность родители должны еще в детстве.

Если ты плачешь, зовешь на помощь, ябедничаешь, злишься – значит, ты становишься жертвой. Этого обидчику и надо. Жертвы – это такие же обычные дети, которым очень трудно защитить себя от агрессивного обидчика. Они не понимают, что делать, если их обижают или нападают, и чувствуют себя беспомощными и несчастными. Почему же некоторые играют роль жертвы, а некоторые нет?

Дело в том, что каждый из нас окружен воображаемым кругом, который называется «личная граница». Её не разрешается пересекать никому. Если кто-то намеренно обижает, угрожает или даже бьет вас – он нарушает эту границу. Обидчик стремится нарушить вашу «личную границу», чтобы проверить, будете ли вы охранять её или нет. Те, кто не умеют её охранять, становятся жертвами.

Когда мы говорим об охране личных границ, мы должны понимать, что этот навык не является врожденным. Научить ребенка уважать свои границы и свою личность родители должны еще в детстве.

Но очень часто мы сталкиваемся с таким воспитанием, которое, наоборот, стирает у ребенка все личные границы. Например, давайте представим ситуацию. Мама собирается по делам и берет с собой дочку. Маме нужно будет заехать на работу, зайти в банк, а потом в магазин. Дочка надевает свое любимое, пышное, праздничное платье феи. Что говорит мама? «Ты куда вырядилась, мы идем в серьезные места, как я с тобой так пойду, вот правильная одежда, надевай немедленно». И вот в этот момент невидимый ластик чуть-чуть стирает черту личной границы. Ты не можешь выбрать то, что тебе нравится. Ты не можешь пойти в том, в чем хочешь. Я тебе скажу, как делать правильно.

И сколько таких примеров бывает? Сколько раз мы указываем ребенку на ошибки, стирая его границы и подгоняя его под свой шаблон? А если ребенок противится? Спорит? «Как не стыдно спорить», «маму надо слушать с первого раза», «ты еще ничего не понимаешь». Надеюсь, в этих фразах вы не узнали себя… А если узнали, то срочно остановитесь. Если ребенок хочет сделать что-то, что вам кажется ужасным, что разрывает ваши шаблоны, спокойно спросите его, почему он хочет сделать именно так? Почему он выбрал этот наряд? Почему он выплевывает эту еду? Почему он не хочет идти в детский сад? Почему он хочет поесть землю?

Ошибочно считать, что это мы, родители, должны научить всему ребенка, что он беспомощный котенок и ничего не умеет, не знает, не понимает. На самом деле это ребенок учит нас многому. Он учит нас терпению, внимательности, мудрости и организованности. Так вот, учитесь уважать границы своего ребенка, его желания. Не только дети должны уважать старших, но и мы должны уважать детей. Это – маленькие люди, со своим мировоззрением, со своим восприятием. Дайте ребенку надеть то,

что он хочет, дайте ему САМОМУ поесть ложкой, САМОМУ выбрать себе чашку для чая, САМОМУ купить в магазине еду. Когда родитель разрешает ребенку сделать выбор, тем самым он показывает ему: «я тебя уважаю, ты личность, ты такой же человек, как и я, ты такой же полноправный член нашей семьи». Если ребенок уважает себя, он лучше осознает свои личные границы.

Мудрые родители должны заботиться о соблюдении личных границ с самого детства. Ребенок не хочет читать стишок перед гостями? Это его право, не залезайте в его личные границы с уговорами.

Свою «личную границу» нужно учиться охранять и никому и никогда нельзя позволять нарушать её. Некоторые дети от природы умеют самостоятельно охранять свою «личную границу». Они редко становятся объектом насмешек или издевательств. Кстати, для этого не обязательно быть физически сильным. Как им это удается? Ничего сложного. Просто они отказываются вести себя как жертва. Они, конечно, тоже испытывают страх, но при этом стараются не плакать, не жаловаться, не злиться, не угрожать обидчику, а просто твердо отказываются играть по его правилам. Обидчик даже не пытается нарушить их «личную границу». Они думают так: «Зачем мне реагировать на то, что меня на самом деле не касается? Мало ли кто вокруг чем занимается и что говорит!» Ты можешь возразить: а что же делать, если мне угрожают или даже бьют? Да, тут нужно правило, которое поможет нам действовать.

Объясните ребенку, что существуют три возможных вида нарушения твоей «личной границы». Обозначьте их цветами: зеленым, жёлтым и красным. Зеленая зона – это «дразнилки» и обзывательства. Желтая зона – это угрозы. А красная зона – побои. В зависимости от того, что происходит с тобой, ты можешь соотнести это с одной из зон. В каждой из этих зон у тебя должна быть отдельная тактика поведения.

Зелёная зона. Если ребенок сейчас здесь, то он должен:

1) Рассказать о том, что его обижают, родителям. При этом нужно запомнить раз и навсегда: ребенок не ябеда. Взрослые всегда рассказывают друг другу, если они переживают из-за того, что у них работе не ладятся отношения с другими людьми. Так они ищут поддержки родных и близких, и их никто никогда не называет ябедами.

2) Использовать технику «бронированный колпак» при нападках. Потренируйтесь вместе с ребенком. Нужно представить себе огромный колпак из бронированного стекла и вообразить, что в момент нападок ребенок находится под этим колпаком. Он наблюдает за всем, что происходит рядом, сквозь воображаемый толстый слой стекла. Колпак надежно защищает его в зеленой зоне. Не надо плакать, злиться, ругаться или драться. Но и молчать тоже не следует.

3) Можно использовать сильные фразы, которые помогут сдержать обидчика. Эти три сильные фразы помогут ребенку. «Со мной так нельзя» – эта фраза, произнесенная с твердостью в голосе, поможет остановить обидчика и подчеркнет его «личную границу». Очень важно, чтобы ребенок сам был глубоко уверен в том, что так обращаться с ним нельзя никому. Потренируйтесь вместе дома. «И что дальше?» – ещё одна фраза, произнесенная с пренебрежением, поможет ребенку уничтожить даже самый обидный выпад в его адрес. «Отстаньте от меня немедленно!» – эта фраза, произнесенная уверенным и строгим тоном, поможет остановить обидчика хотя бы ненадолго. И не забудьте: это не просьба, а безусловное требование.

Чтобы ребенок был уверен в том, что он говорит, чтобы он действительно считал, что «с ним так нельзя», он никогда и нигде не должен сталкиваться с таким поведением. Если дома родители позволяют себе на него кричать, оскорблять или ругаются друг с другом, то он не сможет уверенным голосом сказать «со мной так нельзя». Он сам не будет в это верить.

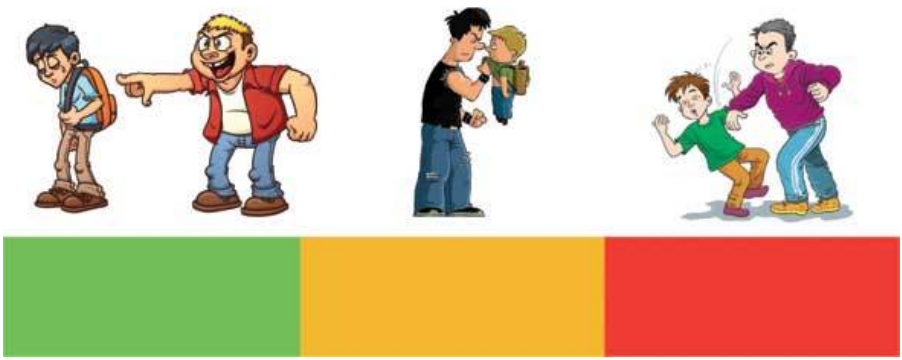
Жёлтая зона. Здесь следует делать всё то же самое, что и в «зелёной» зоне, добавив только то, что рассказывать об угрозах нужно не только родителями, но и учителю.

Красная зона. Если ребенок сейчас здесь, то он должен:

1) При первой же возможности рассказать о том, что его били, родителям и учителю. Если на него в очередной раз напали, смело можно отвечать ударом на удар, если его силы и силы противника равны. Это называется самообороной. Задача ребенка сейчас – остановить обидчика, чтобы он не успел причинить ему много вреда. Если его обидчик или обидчица значительно слабее, но уже причиняет тебе боль, то ребенку придется справиться с этой ситуацией другими способами, а не применением силы. При этом обязательно нужно рассказать родителям, если эта ситуация доставляет ребенку страдания.

Следует использовать технику «бронированный колпак» и стараться внешне не реагировать на выпады.

2) Если ребенок слабее, то он должен убегать от обидчиков и звать на помощь. Если обидчик явно сильнее ребенка, следует проявлять свой ум и не рисковать своим здоровьем. Убегать нужно как можно быстрее. Тот, кто убегает от более сильного и опасного противника, не трус, а умный человек.



Многие современные родители стараются заранее снизить риски таких конфликтов в школе, поэтому отдают детей с раннего возраста в секции боевых искусств. Чтобы всегда мог за себя постоять. И конечно, это очень правильно. Причем в такие секции нужно водить не только мальчиков, но и девочек. Потому что с любым ребенком может случиться неприятная ситуация, и он должен знать, как дать отпор или хотя бы владеть элементарными техниками самообороны. Если нет возможности водить ребенка в секцию, то занимайтесь с ним дома. Освойте несколько простых приемов. Конечно, надеюсь, что эти навыки никогда вашему ребенку не пригодятся, но все же лишними они не будут.

Объясните ребенку, что если кто-то говорит о тебе гадости, это не твоя проблема, а его. Учите ребенка правильно реагировать на оскорбления, не бросаясь в бой по каждому поводу, быстро не получится. Это кропотливая работа, на нее могут уйти месяцы. И иногда бывает нужно изъять ребенка из среды, где его травят. Если нет принятия среды – нельзя работать над самооценкой. Можно забрать ребенка на семейное обучение, на экстернат и вернуть его в школу позднее. Часто бывает, что в травле виноват не ребенок, а среда. Например: классический вариант сказки о гадком утенке – одаренный ребенок в школе в социально неблагополучном районе. Мы, взрослые, можем

выбирать для себя среду – можем уволиться с работы, где нас унижают. У детей такой возможности нет. Но мы можем им помочь, подыскав среду, где их будут принимать.

Если ты свидетель издевательства над кем-то, то ты можешь сильно повлиять на происходящее, если не будешь отмалчиваться и отсиживаться в сторонке. Не надо бросаться защищать жертву, гораздо проще будет остановить обидчика, пристыдить его публично.

2.3. Как вам вести себя, если ребенка травят в школе?

Давайте по порядку.

1. Поймите, что причина не в вашем ребенке. Он не слишком толстый, слишком худой, рыжий, в очках. И вообще сам нарвался. Жертвой травли может стать любой, а внешность, музыкальные вкусы, успехи в учёбе или проблемы в семье – лишь повод. Красивые и умные дети страдают от нападок одноклассников не реже других. Всех жертв объединяет разве что повышенная чувствительность: они часто показывают свой страх, могут заплакать, то есть реагируют на травлю именно так, как нужно агрессорам.

2. Травля – системная поломка в коллективе детей, и разбираться с ней только на уровне детей и родителей неэффективно. Встретьтесь с учителями и доведите до их сведения суть происходящего. Нередко учителя начинают сваливать вину на затравленного ребёнка: «он не похож на других», «он неправильно себя ведёт», «он сам подставляется», «его не любят». Или даже: «она такая умная, а умных не любят». Главное, не поддаваться на эти провокации, даже если они имеют вид комплиментов ребёнку.

Также родителям важно внимательно следить за своими детьми. Если вы увидели, что у ребенка испорчены вещи: порваны, изрисованы, запачканы, если он приходит с ссадинами или синяками – нужно немедленно начать разбираться в проблеме. Ребенок может быть запуган и не выдаст имена своих обидчиков. Они могли угрожать ему, обещать избить или убить – нам взрослым иногда даже сложно представить, насколько хладнокровны могут быть дети.

3. Если беседы с учителем не имеют действия, не откладывая, идите в администрацию школы и выше, в РОНО, в Городское управление. Настаивайте на том, что этого быть не должно, что закрывать глаза на травлю – должностное преступление.

К сожалению, иногда и сами родители закрывают глаза на проблему и не хотят ее признавать. Особенно этим грешат папы мальчиков: «Мальчишки, сами разберутся, еще чего, родителям влезать в разборки детские». Конечно, есть конфликты, где вмешательство родителей неуместно. Ведь в ссорах дети учатся новым навыкам поведения, новым реакциям. Ссоры – это

нормальные эпизоды социального развития ребенка, и, конечно, влезать в каждую ссору не нужно. Но когда разговор идет про издевательства и травлю – тут могут помочь только взрослые. Именно они должны пресечь зашедший далеко конфликт.

Поэтому грамотный родитель, если узнает, что его ребенка травят, должен поднять на уши всех: от классного руководителя до директора и городского управления образования.

4. Подберите правильные слова, чтобы поддержать ребенка. Часто, сталкиваясь с травлей, родители хотят отправиться к обидчику и его родителям или в администрацию школы, чтобы устроить скандал или просто забрать ребёнка оттуда. Но важно понять, что сложившуюся ситуацию надо обязательно обсуждать и со своим ребёнком. Только в этом случае появляется шанс действительно что-то изменить. «Ты ни в чём не виноват», «Давай вместе подумаем, что можно сделать», «Спасибо, что поделился со мной. Я это ценю и понимаю, что ты чувствуешь» – все эти фразы помогут ребёнку понять, что он не остался с проблемой один на один, и дадут возможность почувствовать себя защищённым. Дайте понять ребенку, что, оскорбляя и унижая, нападающий хочет показать силу, но на самом деле демонстрирует слабость, беспомощность и защищается таким образом от внутренних комплексов и проблем. Обижать легко того, кто обижается. Агрессор ждет реакции, поэтому лучшим разрешением конфликта будет полное игнорирование. **Если сдержать себя ребенку сложно, отрепетируйте с ним фразы-рикошеты для агрессора, которые смогут полностью нейтрализовать конфликт на начальном этапе.** Например, если ребенка обвиняют в «стукачестве», то он не должен плакать и доказывать что-то, а должен спокойно ответить: «Я этого не делал и не собираюсь отвечать за то, чего не совершал». Если ребенка дразнят очкариком, толстяком и другими прозвищами, то он может спокойно ответить: «А я все равно буду обращаться к тебе по имени», «А я, в отличие от тебя, умею общаться вежливо».

5. Постарайтесь не ухудшить положение своими стараниями. Вредно, например, советовать ребенку дать сдачи или не обращать внимания на происходящее. Первый совет сформирует у ребёнка представление, что все проблемы можно решить силой, и даст индульгенцию на вымещение накопленной обиды и злости на других детях. Второй запустит две мысли у ребёнка: мне плохо – я не должен обращать на это внимание, мои переживания не важны – я не важен, в том числе и для родителей. И то, и другое в решении проблемы не поможет, но скорее приведёт к разрушению доверительных отношений в семье и только усугубит ситуацию с травлей.

Также, когда вы даете советы ребенку, нужно понимать, что эти советы будут влиять не только на настоящий момент, но и на будущее. То как он сейчас выберется из проблемы травли, то как он научится давать отпор обидчикам, отразится на его будущем. Сейчас формируется его умение решать конфликты, отстаивать свои интересы, умение защищать себя. Ведь аналоги травли есть и во взрослом обществе. Например, наверняка вы замечали, что часто на работе есть такой сотрудник, на котором «все ездят». Он безотказный, работает сверхурочно, боится попросить повышения зарплаты, начальник может кричать на него или даже оскорблять – он все терпит. Ничего не напоминает? Да, синяков, ушибов нет. Но морально все этого человека пинают. Часто таких людей используют в роли «принеси-подай». Они не умеют давать отпор, и коллеги этим пользуются. Конечно, будет неправильным сказать, что каждый ребенок, которого дразнили или травили в школе, становится таким вот работником. Но тем не менее определенная связь все-таки есть.

6. Поговорите с ребенком о том, что ни в коем случае нельзя поддаваться на провокации со стороны агрессора. Можно также попробовать подружиться с задирой, например, предложить ему помощь в подготовке домашнего задания, но не пытаться завоевать его расположение. Может быть, он окажется не таким уж и неприятным человеком, а новый друг поможет ему избавиться от комплексов. Главное – дать понять ребенку, что нужно всегда сохранять спокойствие, а в некоторых ситуациях эффективно просто молчание.

7. Со своей стороны попробуйте также увлечь вашего ребенка чем-то новым, помогите ему создать круг интересов, выявить таланты, благодаря которым он сможет выделиться или побороть внутренние проблемы. Если вы запишете его в новую секцию, то он сможет завести себе новых друзей. Таким образом новое занятие может стать настоящей отдушиной для ребенка. Только тут очень важно не переусердствовать. Иногда родители сами решают, в какую секцию отдать ребенка, особо не спрашивая про его интересы. Пусть ваш ребенок сам выберет занятие, которое будет ему по душе. Часто бывает так, что ребенок начинает чем-то заниматься, ему не нравится, и он хочет бросить одно и выбрать другое. Я лично знаком с родителями, которые в таких случаях говорят: «Нет уж, раз начал заниматься, занимайся до конца: доучись в музыкальной школе, доходи на курсы, получи пояс, забери диплом об образовании». Родителям кажется, что так они воспитывают в ребенке дисциплину, на самом деле ребенок может иметь полное право пробовать разные игрушки и секции и выбрать то, что ему нравится. Здесь так же, как с едой, ведь вы

можете перепопробовать пять или даже десять видов мороженого, прежде чем выберете то, которое вам действительно понравится и которое вы будете в дальнейшем все время покупать. Конечно, если ваш ребенок уже бросает пять и более секций, отзанимавшись буквально пару занятий, это говорит о том, что он не умеет доводить начатое до конца. Или быстро увлекается чем-то, а впоследствии перегорает. Еще одна из причин, почему дети часто бросают секции, отходив несколько дней, – им сложно влиться в новый коллектив. Возможно, малыш необщительный, тогда ему нужна помощь психолога. Если ребенок выбрал секцию, поддержите его выбор. Даже если вам кажется, что ходить на бальные танцы – занятие не для мальчиков, уважайте интересы ребенка. Если он хочет попробовать, значит, ему это интересно, а следовательно, он добьется в этом больших результатов, чем если будет ходить на секцию, куда его записали родители насильно, словно из-под палки.

Если действительно имеет место лишний вес, то почему бы не записать ребенка в зал и не пересмотреть рацион всей семьи. Это будет полезно не только вашему малышу, но и вам самим. Это значительно повысит вашему ребенку самооценку. Более того, так вы научите малыша достигать целей. Вы можете худеть всей семьей. Сначала, к примеру, вы можете поставить задачу похудеть всем на пять килограммов. Можно завести график, в котором вы будете отмечать успехи членов семьи в избавлении от лишнего веса. Для этого утром и вечером потребуется вставать на весы, а цифры необходимо будет записывать в специальный график. Так вы сможете контролировать малейшие перемены. С лишним весом уйдет и лишний груз неприятностей.

Например, однажды в моей практике был такой случай. Ко мне обратились мама с сыном, который учился в пятом классе. Начиная со второго класса он постоянно терпел издевательства от своих сверстников из-за лишнего веса. Дети его били, резали его тетрадки, обливали портфель красками, снимали с него штаны. На физкультуре постоянно кидали в него мяч. В общем, изощрялись как могли. Мама мальчика, конечно, не осталась равнодушной, она регулярно выступала на родительских собраниях, ходила к директору, требовала от классного руководителя вмешательства. Несмотря на все публичные разговоры с детьми, на некоторое время издевательства затихали, но потом все начиналось сначала. Когда они пришли ко мне на прием, мама была готова перевести ребенка из одной школы в другую, но она переживала, что и там его начнут дразнить из-за лишнего веса. Надо отметить, что ребенок действительно был полным, впрочем, как и его мама. Я предложил им такое решение

проблемы: организовать конкурс по совместному похудению – кто похудеет на большее количество килограммов. Мама сперва косо на меня посмотрела, она обиделась, что я так неделикатно намекнул ей и ее сыну на то, что они не следят за своим весом. Ей показалось бестактным то, что я назвал истинную причину травли, фактически назвал вещи своими именами. Но все же мне удалось убедить родителей попробовать избавиться от лишнего веса, а значит, и от причины издевательств. Спустя год мы добились внушительных изменений. Мама и ребенок скинули больше десяти килограммов. И мальчика в школе перестали дразнить. Понятно, что я дал и другие советы, как избежать травли, однако похудение, возможно, стало решающим шагом к избавлению от агрессии в учебном заведении. Ребенку не пришлось менять школу, более того, он смог подружиться с ребятами в классе.

Но хочу еще раз повторить, что дети с лишним весом необязательно становятся жертвами агрессоров в школе. Например, когда я учился, в классе со мной вместе обучались два полных ребенка – Рома и Настя. Так вот Рому ребята постоянно дразнили и обижали, а у Насти, наоборот, было много друзей. Можно сделать вывод – причины детской травли абсолютно непредсказуемы. Но если вы, как родители, видите причину травли и можете ее убрать, то вы должны попытаться это сделать.

Если ребенок стеснителен и не уверен в себе – курсы актерского мастерства и техники речи помогут в преодолении страха зрительской аудитории, а впоследствии страха в общении с одноклассниками-агрессорами. Не подвергайте малыша постоянной опеке и в общении с ним не предпринимайте авторитарных решений. Попробуйте поговорить с ним не просто о том, какие оценки он принес в дневнике, а о том, как прошел его день в школе, кто из учителей ему больше нравится и почему он так считает, какие в классе девчонки и чем занимаются мальчишки. Таким образом, вы сможете понимать, о чем думает ваш ребенок, что его на самом деле тревожит и как вместе разрешить конфликты, если они имеются.

8. Если ребенок регулярно становится объектом травли и насилия, надо не откладывая обращаться к специалистам, причем желательно всей семьей. Вот просто так, на пустом месте, никто козлом отпущения не становится. Скорее всего, проблема во внутрисемейных отношениях, в скрытых посланиях, которые ребенок получает от родителей. Если ситуация травли повторилась хотя бы дважды – начинайте всерьёз разбираться с собой, со своими установками, ценностями. Ребенок транслирует вовне то, что он получает в семье.

9. Если ваш ребенок – агрессор, то в общении с ним вам нужно назвать вещи своими именами. Все ситуации, которые имели место, необходимо категорично проговорить с детьми-агрессорами. Для многих зачинщиков конфликта «травля» является некоторой игрой. Здорово пошутить над кем-то, подчеркнуть его недостатки, толкнуть или ударить – это заряд эмоций, которые необходимо выплеснуть, чтобы почувствовать свою силу. Необходимо дать понять агрессору (без нотаций и нравоучений), что на самом деле его так называемые шутки – это «травля», жестокое обращение с человеком, и оно недопустимо вообще и неприемлемо для вас лично. Иногда достаточно просто назвать травлю травлей, чтобы явление тут же сошло на нет. Очень важно, чтобы взрослый при этом был однозначен в оценке.

10. Если вы стали свидетелем морального и физического насилия в стенах школы, где учатся ваши дети, не оставайтесь равнодушными. То же относится к учителям и работникам школьной администрации – не нужно проходить мимо, косвенно поддерживая этим ситуацию насилия. Научите неравнодушию своих детей. Если они видят, что кого-то обижают, и не хотят ябедничать, пусть расскажут про инцидент хотя бы вам. Объясните детям, что даже если они не участвуют в травле, но при этом молчат и никому не рассказывают о случившемся, то это можно назвать пассивным участием в буллинге. Если каждый из нас будет неравнодушен, то агрессии вокруг наших детей будет меньше.

На этот счет есть очень хорошее высказывание американского поэта Ричарда Эберхарта: «Не бойся врагов, в худшем случае они могут тебя убить, не бойся друзей – в худшем случае они могут тебя предать. Бойся равнодушных – они не убивают и не предают, но только с их молчаливого согласия существуют на земле предательство и убийство».

Часть 3. Интернет-безопасность

3.1. Суть проблемы

Каждый современный человек ежедневно проводит немалое время в Интернете. Уже очевидно, что Интернет – это не только лучший источник информации и возможность общаться на расстоянии, но и угроза нашей безопасности. Российская аудитория Интернета стремительно растет – сейчас дети и подростки составляют всё более значительную часть. Уже почти каждый третий ребенок в нашей стране выходит в Интернет, и чем старше дети, тем выше среди них доля присутствующих онлайн.

Благодаря Интернету дети и подростки открывают для себя мир, а значит, благодаря доступу к гигантскому количеству информации формируют собственную личность. Для того чтобы эффективно использовать этот инструмент, нужны как умения обращаться с ним, так и определенный жизненный опыт, позволяющий не захлебнуться в океане информации и неограниченных возможностей, вовремя разглядеть подводные камни, рифы и водовороты виртуального пространства. Так как достаточного опыта у ребят нет, задача известить ребенка о возможных опасностях возлагается на плечи родителей и учителей.

С развитием Интернета резко возросло число тех, кто использует его возможности в неблаговидных целях. Уже известные вид мошенничеств перешли в Сеть, а также появились новые виды преступлений, порожденные Интернетом. Главные угрозы безопасности детей следующие: киберхулиганство, знакомство с педофилом и вторжение в частную жизнь. Каждая из этих угроз подразумевает активные действия противоположной стороны.

В силу своей естественной доверчивости дети почти не проявляют настороженности, общаясь с незнакомцами в Интернете, не допуская, что человек по ту сторону может оказаться злоумышленником. Мы не можем полностью оградить детей от Интернета. Это их реальность, в которой они сейчас живут. Но мы можем предвосхитить некоторые опасные ситуации. Задача родителей и учителей – научить ребенка правильному поведению с посторонними не только на улице, но и в Сети. Несколько простых правил позволят ребенку не стать мишенью хулигана, педофила или мошенника.

3.2. Чему научить ребенка

Научите ребенка вести себя в Интернете так же, как они ведут себя в реальной жизни. Как в жизни, в социальных сетях следует вести себя вежливо, не делать того, что может обидеть других людей или противоречит закону, и избегать общения с чужими людьми. Любой человек (и взрослый, и ребенок), который проводит время в социальных сетях или мессенджерах, не должен забывать о возможности встречи со злоумышленниками прямо там. Эти опасные люди иногда обманывают взрослых и отбирают у них большие суммы денег, притворяясь теми, кто нуждается в помощи, запугивают, угрожают и оскорбляют.

Киберхулиганы

Киберхулиганство (или кибербуллинг) – это унижение или травля с помощью мобильных телефонов и других электронных устройств. Этот вид агрессии иногда оказывается для детей более болезненным, чем побои. Особенно неприятно ещё и то, что дети часто боятся рассказывать о применяемом к ним кибернасилии, потому что боятся, что они будут наказаны за «донос» или за трусость. Получается, что ребенок не может попросить о помощи. А это приводит к тому, что обидчик ещё сильнее увлекается, его методы становятся более жестокими и наносят все больший вред жертве.

Киберхулигану не обязательно иметь физическую силу, авторитет и влияние на других детей, чтобы чувствовать свое превосходство. Через Интернет у него есть возможность унизить, оскорбить, напугать только с помощью компьютера или мобильного телефона.

Киберхулиганство отличается от реальной школьной травли тем, что оно может носить постоянный характер. Если ребенок стал жертвой буллинга в школе, то он, как правило, страдает только во время своего нахождения в школе. Поэтому многие, например, начинают искать способы прогулять уроки, не появляться в школе. От киберхулиганства очень сложно скрыться. Оно может быть буквально круглосуточным. Хулиганы так привязываются к своей жертве, что не отпускают ее из поля внимания, они постоянно ее «троллят». Звонки, сообщения, угрозы, обидные коллажи, оскорбления.

Как жертве защититься от нападок? Отключить телефон? Но

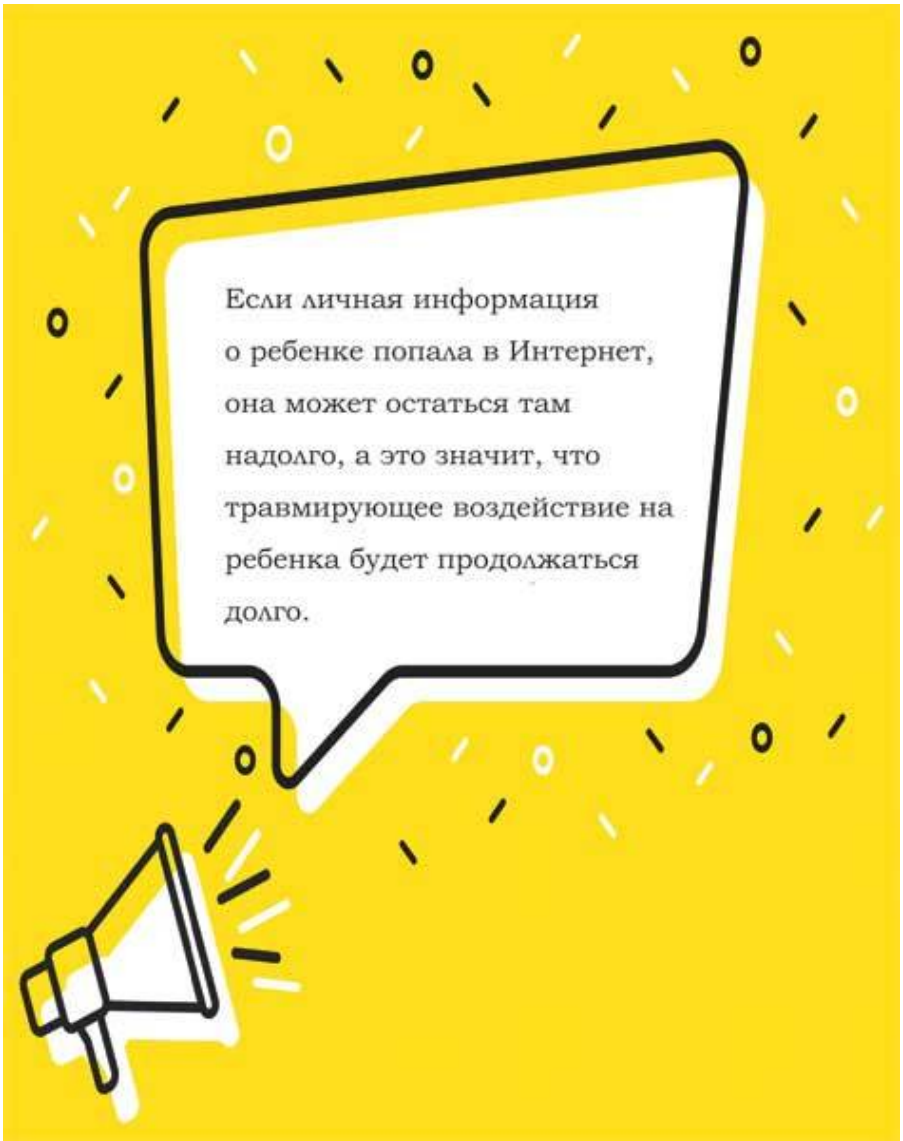
невозможно же все время быть без связи. Удалить страницы в социальных сетях? Но ребенку обычно тяжело это сделать. Ведь там целая жизнь: фотографии, переписки, музыка. Если киберагрессор не слишком опытный, его можно просто заблокировать или отправить в спам. Но продвинутые хулиганы умеют обходить такие способы борьбы. Они готовы зарегистрировать сотни страниц и троллить своих жертв каждый раз с новой силой. Киберхулиганы такие смелые и агрессивные потому, что они уверены в своей безнаказанности. Ведь никто не знает их настоящего лица, все атаки происходят анонимно, с подставных аккаунтов. Нет ни реальных имен, ни фотографий, ни даты рождения, даже город может быть указан другой. Интернет дает возможность ловко маскироваться. Когда жертва не знает своего мучителя – это запугивает еще сильнее. Действительно страшно, когда не понимаешь, с кем имеешь дело и чего ожидать от киберпреступника.

Давайте разберем подробнее, что такое киберпреступления: анонимные звонки, анонимные угрозы и оскорбления, распространение порочащих видео и фото, негативные комментарии под фотографиями, создание групп, в которых специально игнорируются какие-то определенные члены. Некоторые преступники специально втираются в доверие, притворяются друзьями, выведывают информацию и потом начинают жестокий психологический террор. Эти хулиганы могут нанести удар по репутации своей жертвы. Например, сделать обидный фотоколлаж и рассылать его друзьям жертвы, очернять и клеветать, распускать позорные слухи. Взломать страницу жертвы и писать всякие гадости в общей ленте, которую видят все друзья, загружать всякие ужасные и обидные фотографии.

Дети и подростки, не оценивая последствий своих действий, часто выкладывают в социальные сети много личной информации, которая может быть использована хулиганом в целях запугивания своего объекта.

Если личная информация о ребенке попала в Интернет, она может остаться там надолго, а это значит, что травмирующее воздействие на ребенка будет продолжаться долго. Киберхулиганство может выйти из границ Интернета в реальную жизнь в виде других проявлений травли, когда хулиган и объект травли находятся в одной школе, в одном районе или городе. Ситуация может быть и обратной. Травля началась в школе, не была вовремя остановлена, агрессия разжигается все сильнее и в конце концов подключается кибербуллинг. Чтобы лишить жертву спокойной жизни еще и дома, чтобы постоянно держать в стрессе

и страхе. Иногда хулиганы могут снимать в школе видео про свою жертву, а потом распространять это видео в Интернете, так скажем, «добивать жертву». Длительное воздействие кибератак очень сильно подрывает здоровье ребенка: как физическое, так и психическое. Во-первых, постоянный стресс буквально разрушает организм: страдает гормональная система, появляются боли в желудке, повышается риск сердечно-сосудистых патологий, возникают невралгии и нервные тики, также головные боли. Психика также получает мощный удар: снижается самооценка, развивается чувство беспомощности, появляются апатичные настроения, возникают депрессия и разнообразные комплексы, в сложных и запущенных случаях мы даже сталкиваемся с суицидальными наклонностями. Ужасный случай произошел в 2009 году в США, там киберпреступники довели до самоубийства девочку-подростка.



По статистике, чаще всего жертвами кибератак становятся дети от 11 до 16 лет – в подростковом периоде все воспринимается слишком остро, эмоционально, ребенка легко ранить и зацепить. А именно эмоции нужны киберпреступникам. По какому принципу они выбирают объекты для издевательств? Как правило, вызывает насмешки фото на «аватарке» – слишком худой, толстый, смешные очки, нестандартная внешность и так далее.

Внимательно относитесь к тому, как ребенок пользуется Интернетом, задайте временные рамки нахождения онлайн. Поддерживайте доверительные отношения с вашим ребенком,

чтобы вовремя заметить, если в его адрес начнет проявляться агрессия или угрозы. Наблюдайте за его настроением во время и после общения с кем-либо в Интернете.

Если ребенок внезапно стал замкнутым, унылым, апатичным – это сигналы тревоги. Также к опасным звоночкам относятся снижение успеваемости, социопатия, увлечение компьютерными играми. Через игру затравленному ребенку легче самореализоваться и вырасти хоть немного в своих глазах. Ребенок прячется от мира – значит, на это есть серьезные причины.

Один и моих клиентов привел на прием сына 14 лет. В школе учился на тройки, друзей не имел, с родителями общался только по делу, а все общение было только с компьютером. Он был мастером компьютерных игр: мог играть в них без преувеличения 20 часов в стуки, прервавшись только на сон. Родители встают – а он уже играет. Родители идут спать – игра в самом разгаре. Когда я начал его расспрашивать про суть игры – с каким упоением он рассказал мне все подробности. На вопросы же про школу отвечал просто общими фразами. Стало ясно – ему что-то не нравится в своей жизни, и он пытается скрыться от реальности. При более предметном разговоре выяснилось, что мальчик уже полгода страдает от травли в школе, которая потом переместилась и в Интернет.

Примеры интернет-атак встречаются в моей практике довольно часто. Но каждый ребенок реагируют на них индивидуально – поэтому и общих советов можно дать немного.

Научите детей правилам интернет-общения. Объясните, что анонимность не должна приводить ко вседозволенности, что интернет-общение должно быть дружественным, в нем недопустима агрессия по отношению к другим людям. Ни в коем случае не стоит писать резкие и оскорбительные слова – читать грубости так же неприятно, как и слышать. С другой стороны, дети должны уметь правильно реагировать на обидные слова или действия других пользователей. Не стоит общаться с агрессором и тем более пытаться ответить ему тем же. Возможно, стоит вообще покинуть данный ресурс и удалить оттуда свою личную информацию, если не получается решить проблему мирным путем. Лучший способ остановить хулигана – отвечать ему полным игнорированием.

Самый главный совет, который можно дать родителям, – вы должны говорить со своим ребенком на одном языке. А значит, тоже должны быть зарегистрированы в социальных сетях. В

идеале ваши отношения с ребенком должны быть такими, чтобы ему было не стыдно добавить вас к себе в друзья. Тогда вы сможете следить за тем, что происходит на странице у вашего ребенка. Воздержитесь от комментариев – в этом случае от вас могут закрыть страницу. Будьте просто бдительным наблюдателем. В моей практике был случай, когда такая наблюдательность помогла маме предотвратить серьезную трагедию. Она заметила, что ее дочка стала все реже появляться в социальной сети, что у нее пропала фотография с аватарки, пропали и остальные фото. Хотя раньше девочка выкладывала посты почти каждый день и заходила на свою страничку по нескольку раз. Мама все это вычислила, потому что сама была зарегистрирована в этой социальной сети. Когда дочки не было дома, мама зашла на ее страницу и увидела, что в переписках разразилась настоящая травля ее девочки. Причинно-следственные связи (как и от чего началась травля) не были сразу видны и понятны. Но было ясно, что уже несколько недель девочка получает оскорбительные сообщения и коллажи. В ходе дальнейшей работы выяснилось, что девочка перестала дружить с одной из своих подружек и та в отместку развернула настоящую, далеко недетскую войну.

Обязательно расскажите ребенку, какую личную информацию никогда не нужно выкладывать в Сеть (например, адрес и телефон). Обсудите, как может быть использована та или иная информация интернет-хулиганами. Интересуйтесь успехами ребенка в освоении Сети, показывайте ему, какие в ней заложены возможности и как ими воспользоваться.

Старайтесь вызвать интерес к развивающим ресурсам. Если вы узнали, что кто-то из друзей или знакомых вашего ребенка подвергается агрессии в Интернет, то сообщите об этом классному руководителю или школьному психологу – необходимо принять меры по защите ребенка.

Кстати, проблема интернет-травли имеет глобальные масштабы и кое-где в мире с ней стали бороться уже на законодательном уровне. Например, в Южной Корее есть законопроект против травли в Интернете. Во Франции киберпреступников вычисляют и могут даже исключить из школы. В Германии за такие преступления можно и вовсе получить пять лет заключения. В США тоже действует законопроект, запрещающий подобные действия. А вот в России пока законодательной базы нет, поэтому жертвы пока никак не защищены.

Если вам до сих пор особо непонятно, как выглядит этот кибербуллинг и насколько он может быть травматичен, вы можете посмотреть художественные фильмы про это явление. Так как проблема это глобальная, то уже даже снимают фильмы на эту тему. Вот некоторые из них: «Кибертеррор», «Как я дружил в социальной сети», «Убрать из друзей».

Мошенники

Бывает так, что, скажем, женщина получает письмо, где сказано, что она выиграла большой приз. А чтобы получить этот приз, она должна отправить небольшую сумму денег какому-то человеку. Она отправляет деньги, а в итоге никакого приза не получает. Люди, которые с помощью обмана получают какую-то выгоду, – это мошенники.

Содержание у таких волшебных писем может быть каким угодно, но суть всегда остается одна и та же. Пишут, что вы получили наследство от дальнего родственника, что вашу фотографию отправили на конкурс и вы выиграли главный

денежный приз, да мало ли что могут придумать изобретательные мошенники. Нужно понимать, что сообщения о наследстве никогда не приходят вот так просто на электронную почту. И никаких конкурсов без вашего предварительного согласия тоже быть не могло.

Иногда незнакомец, пользуясь доверием ребенка, просит его сообщить адрес дома, пароль от компьютера, номер банковской карты, пин-коды из смс или что-то подобное.

Это мошенник. Объясните ребенку, что он не должен ничего сообщать незнакомцу, а должен срочно рассказать об этом взрослым. Так ребенок может помочь поймать преступника.

Крайне важно не публиковать слишком много своей и чужой личной информации, так как ею могут воспользоваться злоумышленники. Не следует выкладывать в Интернете информацию о семье, ее финансовых делах, адреса проживания и учебы, номера телефонов, кредитной карты или банковские данные. Также нежелательно размещать личные и семейные фотографии на публичных форумах, сайтах. Никогда никому, кроме своих родителей, нельзя выдавать пароли доступа к социальным сетям и почте (даже лучшим друзьям).

Объясните ребенку, что если он заходит в почту или в свои аккаунты с чужих компьютеров или планшетов, то он должен не забывать потом из своих аккаунтов выходить. Чтобы ни у кого не осталось доступа к личной информации. Если же он заходил с ненадежного гаджета, лучше и вовсе изменить свой пароль.

Еще один важный момент – как и где хранить пароли? Нельзя писать пароли от карточек, почты или социальных сетей на бумажке и носить ее с собой. Эту бумажку легко могут забрать у ребенка, или он сам может ее потерять. Хранить пароли в телефоне – тоже небезопасно. Телефон могут украсть или просто взять без спроса. Лучше хранить пароли дома – записать их в специальную книжку. Это, кстати, хорошо и для родителей – если у вас появятся малейшие подозрения, вы всегда можете зайти в аккаунты своих детей и проверить все, что там происходит.

Научите ребенка придумывать надежные пароли – не просто одно имя или дату рождения. Такие пароли очень легко взломать. Лучше использовать и цифры, и буквы, и знаки препинания. И разместить их в такой логической связке, которая будет понятна только самому автору пароля.

Дети должны знать о том, почему нельзя размещать личную информацию онлайн. Адрес, телефон, место учебы, планы семьи

и многое другое – информация приватная, она ни в коем случае не должна попадать на всеобщее обозрение. В самом крайнем случае, ребенок может поделиться этой информацией только с теми, кого он знает лично, – одноклассниками или друзьями, но даже это нежелательно.

Дети должны понимать, что выложенный в открытый доступ адрес и статус вроде: «А мы на море!» – фактически приглашение для воров. Именно здесь, в соцсети, преступнику легче всего найти себе жертву, выдавая себя за лицо другого пола, возраста, придумав другое имя и используя чужую фотографию. При помощи соцсети вполне можно назначить реальную встречу. И ребенок должен четко понимать это. Если он слишком мал для того, чтобы в полной мере осознавать опасность, то имеет смысл ограничить его общение в Интернете.

Именно ограничить, а не запретить полностью. Реальность такова, что невозможно полностью заблокировать Интернет для ребенка. Все-таки Интернет таит в себе не только опасности, но и много полезного. Например, он позволяет экономить время. Если раньше, чтобы узнать, сколько видов растений занесено в Красную книгу, нужно было пойти в библиотеку и взять эту самую Красную книгу, на что уходило несколько часов, то сейчас уходит всего несколько минут – благодаря всезнающему «о'кей, гугл». Ребенка важно учить интернет-грамотности так же, как мы учим его и другим вещам. Видеозвонки, просмотр роликов в YouTube, мессенджеры, социальные сети – со всем этим ребенок обязательно столкнется. И если он будет «не в теме», то может стать для сверстников «белой вороной».

Еще один популярный сервис мошенников – отправки SMS. Всегда нужно выяснять, сколько стоят SMS на отдельные интернет-сервисы, ведь стоимость SMS в онлайн-игре часто указывается без налогов – то есть может быть больше. Если такая информация не ясна, нужно обращаться за советом к родителям, которые помогут разобраться, сколько на самом деле будет стоить SMS и так ли уж необходимо его отправить. Кстати, на эти уловки попадаются и взрослые. Покупают себе мелодии на звонки, например.

Если в Интернете (в сообщении электронной почты, на сайте, форуме, чате) ребенку что-либо непонятно, тревожит или угрожает, всегда нужно обращаться за помощью к родителям. Информация и услуги в Интернете не всегда безопасны, поэтому прежде, чем загружать, устанавливать или сохранять что-либо из Интернета, нужно получить разрешение родителей. Научите

проверять информацию из Сети с помощью дополнительных запросов и обращения к проверенным источникам.

Педофилы

Иногда бывает и так, что преступники начинают переписку или общение с детьми. Чаще всего цель таких преступников не ограбить ребенка, а выманить его на встречу, напугать, смутить или получить фотографии. Для этого мошенники могут притворяться не теми, кем они являются на самом деле. Ты вроде бы переписываешься со своим новым другом или подругой, а на самом деле это – хитрый преступник, который умеет писать так, как обычно пишут дети. А ты ничего не подозреваешь! Преступники, которые пишут детям, отлично владеют искусством притворства. Иногда они настолько хорошо притворяются другим ребенком, что их совсем невозможно отличить! Что у преступника в голове? Этого не знает никто, но, общаясь с детьми в Интернете и социальных сетях, они действуют одними и теми же способами. Давай разберемся с ними, чтобы навсегда обезопасить себя.

Преступник в Интернете почти всегда выдает себя за другого. При этом он делает это очень ловко! Мужчина может притворяться и мальчиком, и девочкой. Любые фотографии можно присвоить в другом месте и выдать за свои. Проверить, кто он самом деле, просто невозможно. Но есть одна вещь, которая поможет его вычислить. Преступник будет изо всех сил стараться стать другом ребенка. Не настоящим другом, на самом деле это обман.

Преступник может писать ребенку приятные вещи: «какие у

тебя красивые глаза и волосы на фотографии», «какой ты храбрый, что не боишься сам ездить на троллейбусе», «у тебя очень классные видео на YouTube-канале». И другое в таком духе. Это не значит, что преступнику всё это нравится. Это значит, что он хочет, чтобы ребенок начал ему доверять.

Настоящий преступник часто ведет себя просто как новый друг ребенка в Интернете.

Чтобы стать другом ребенка, преступник будет изо всех сил стараться ему понравиться. Под маской ребенка преступник может предлагать ребенку подарки или приглашать посмотреть вместе кино или мультфильм, поиграть в игры.

Он может предлагать ребенку покормить зверей и поиграть с ними, сходить в магазин игрушек или сыграть в квест. Кроме того, преступник может под разным предлогом попытаться выведать у ребенка важную информацию: внешность, имя, возраст, адрес, телефон, номер школы и другое. Самое страшное, что, доверяя незнакомцу, ребенок может без труда всё это рассказать, не подозревая об опасности. Если злоумышленник будет просить или требовать, чтобы ребенок ничего не рассказывал родителям об этой переписке, – это важный тревожный сигнал. Многие преступники пытаются создать с ребенком некое тайное общество, окружить свою дружбу секретом. Дети любят секреты, поэтому легко поддаются на уговоры ничего не рассказывать родителям. Если тебя попросили об этом, нужно, наоборот, немедленно рассказать всё родителям. Твоей вины нет ни в чём, ведь ты не знал, с кем вступил в переписку. Если тебя кто-то позвал на такую встречу, немедленно расскажи об этом взрослым. Возможно, ты поможешь поймать преступника.

Настоящий преступник часто ведет себя просто как новый друг ребенка в Интернете. Чтобы стать другом ребенка, преступник будет изо всех сил стараться ему понравиться. Под маской ребенка преступник может предлагать ребенку подарки или приглашать посмотреть вместе кино или мультфильм, поиграть в игры.

А бывает так, что незнакомец представится фотографом, которому якобы очень понравилась внешность ребенка. Злоумышленник начинает выпрашивать у него одну за одной фотографии. Но ты не должен ни в коем случае отправлять фотографии. Вместо этого не откладывая расскажи об таких просьбах родителям. Может сложиться так, что злоумышленник может начать угрожать ребенку, что расскажет его родителям об их переписке, и требовать встретиться. Не нужно бояться родителей, ведь в трудной ситуации они всегда будут на твоей стороне. Правильным будет как можно скорее рассказать об этих угрозах родителям.

Доверие между родителем и ребенком, безусловное принятие и любовь определяют быстрое и безболезненное разрешение ситуации, в которой ребенок может оказаться «между молотом и наковальней»: с одной стороны родительский гнев и наказание, с другой – педофил с угрозами. Дайте ребенку возможность признаться в переписке и общении с незнакомцем и создайте дома атмосферу абсолютной безопасности. Преступник – педофил, а не ребенок. И наказывать нужно преступника, а не ребенка.

Чтобы никогда не стать жертвой преступника, разреши кому-то из родителей дружить с тобой в социальных сетях. Пусть, скажем, мама иногда заглядывает к тебе на страничку. Это никак не ограничит свободу твоего общения с миром. Если кто-то в социальной сети обидел тебя, напугал или сильно удивил, не бойся просить совета или помощи родителей. Просить о помощи – одно из важных качеств ответственного человека.

Также не стоит публиковать много своих фотографий. Если очень хочется, то достаточной всего одной. А ещё лучше выбери себе какой – то образ и используй как аватар, а свои фотографии вообще не показывай. Можно выбрать образ человека-паука, рыбки Немо или Моаны из мультфильма. Будь осторожен в социальных сетях, если с тобой настойчиво переписывается незнакомый человек. Обязательно рассказывай родителям, если что-то тебя пугает или обижает.

Ребенок обязан знать, что ни при каких обстоятельствах он не должен встречаться с интернет-знакомыми, которых он не знает лично, без родителей, не должен идти к ним домой или соглашаться на встречи в нелюдных местах. В любом случае – меры безопасности общения с посторонними людьми в Интернете должны быть даже жестче, чем в реальной жизни.

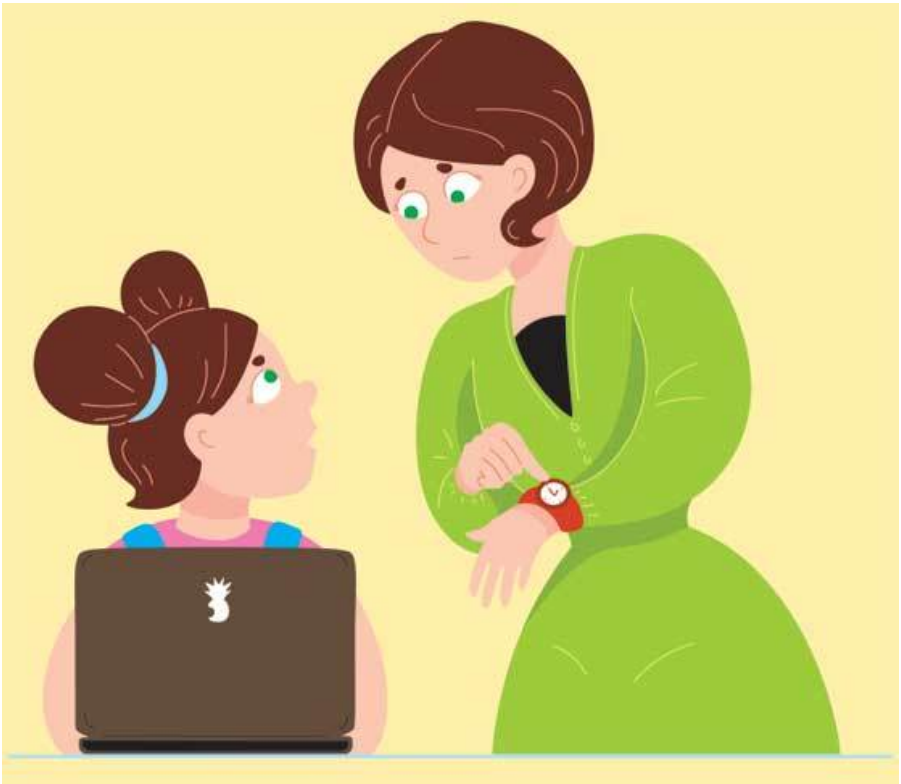
Полезные фразы, которые помогут родителям:

– «Свое тело можно показывать только самым близким людям, а если что-то болит – врачу. Никто не имеет права заставлять тебя это делать. Никакой дядя, тетя, девочка или мальчик, даже если он самый симпатичный на свете, не могут этого требовать».

– «Если тебе кто-то делал плохие предложения, которые тебе не понравились, что ты должен сделать? Отправить фотографию в голом виде или рассказать маме? Рассказать маме. Я буду тебя защищать».

– «Ты не не виноват. Виноват взрослый, который предлагает

детям делать плохое, и его за это нужно посадить в тюрьму».



3.3. Как вам вести себя?

Вместе с ребенком создайте список домашних правил посещения Интернета и договоритесь об обязательном соблюдении этих правил. Не забудьте, что вы тоже должны будете следовать этим правилам. Условьтесь, что в вашей семье будут временные нормы пребывания в Интернете. Покажите ребенку, что вы не наблюдаете за ним и доверяете его слову, однако не забывайте отслеживать время пребывания в Сети. Не создавайте личного электронного почтового ящика ребенку, но если такая необходимость есть, создайте семейный электронный ящик. Договоритесь с ребенком, что он будет советоваться с вами перед отправкой файлов по почте, через мессенджеры и перед опубликованием какой-либо информации в социальных сетях.

Кроме того, научите детей не загружать файлы, программы или музыку без вашего согласия. В «белый» список сайтов, разрешенных для посещения, вносите только сайты с хорошей репутацией. Не забывайте беседовать с детьми об их друзьях в Интернет, как если бы речь шла о друзьях в реальной жизни, создайте доверительную атмосферу во время таких бесед. Приучите детей никогда не передавать личную информацию по электронной почте и через мессенджеры. Попросите ребенка сообщать вам о любых угрозах или тревогах, связанных с Интернетом. Оставайтесь спокойными и напомните детям, что они в безопасности, если сами рассказали вам о своих угрозах или тревогах. Похвалите ребенка и посоветуйте подойти еще раз в подобных случаях.

Необходимо знать, какими мессенджерами и чатами пользуется ваш ребенок. Постарайтесь условиться с ребенком, что вы будете состоять в этом чате только из соображений безопасности и не будете активно участвовать в переписке. Настаивайте на том, чтобы самостоятельно дети никогда не встречались лично с новыми друзьями из Интернета. Научите подростков не публиковать своего реального электронного адреса, не отвечать на нежелательные письма и использовать специальные почтовые фильтры. Для этого приучите себя знакомиться с сайтами, которые посещают подростки. Объясните детям, что ни в коем случае нельзя использовать Сеть для хулиганства, распространения сплетен или угроз другим людям. Обсудите с подростками проблемы сетевых азартных игр и их возможный риск. Напомните, что дети не могут играть в такие

игры согласно закону.

Если к ребенку пристают киберхулиганы

1. Если ребенок столкнулся с киберхулиганством, то вы можете заметить изменения в его настроении во время и после общения в Интернете. Установите контакт с ребенком, постарайтесь расположить его к разговору о том, что произошло. Он должен вам доверять и понимать, что вы хотите разобраться в ситуации и помочь ему, но ни в коем случае не наказать.

2. Если ребенок расстроен чем-то увиденным (например, кто-то взломал его профиль в социальной сети) или попал в неприятную ситуацию (потратил деньги в результате интернет-мошенничества и пр.), постарайтесь его успокоить. Выясните, что привело к данному результату – непосредственно действия самого ребенка, недостаточность вашего контроля или незнание ребенком правил безопасного поведения в Интернете.

3. Если ситуация связана с насилием в Интернете в отношении ребенка, то необходимо узнать информацию об обидчике, историю их взаимоотношений, выяснить, существует ли договоренность о встрече в реальной жизни и случались ли подобные встречи раньше, узнать о том, что известно обидчику о ребенке (реальное имя, фамилия, адрес, телефон, номер школы и т. п.). Предложите свою помощь – обсудите, как можно обезвредить, заблокировать агрессора. Объясните, какой опасности может подвергнуться ребенок при встрече с незнакомцами, особенно без свидетелей. Если киберагрессия носит серьезный характер и есть риск для здоровья ребенка, то могут быть основания для привлечения правоохранительных органов.

4. Соберите наиболее полную информацию о происшествии как со слов ребенка, так и с помощью технических средств. Зайдите на страницы сайта, где он был, посмотрите список его друзей, прочтите сообщения. При необходимости скопируйте и сохраните эту информацию.

5. В случае, если вы не уверены в своей оценке того, насколько серьезно произошедшее с ребенком, или ребенок недостаточно откровенен с вами и не готов идти на контакт, обратитесь к специалисту (телефон доверия, горячая линия и др.), где вам дадут рекомендации и подскажут, куда и в какой форме обратиться по данной проблеме. Если поступающие угрозы являются достаточно серьезными, касаются жизни или здоровья ребенка, а также членов вашей семьи, то вы имеете право на

защиту со стороны правоохранительных органов.

Если к ребенку пристаёт педофил

Несмотря на то, что это ужасно – это есть в нашем с вами современном мире. Благодаря Интернету преступникам стало намного проще действовать. Они могут прикрываться чужими лицами, они изучают странички ребенка в социальных сетях и втираются в доверие, они могут моментально получать фотографии детей и устроить сеанс видеосвязи. Педофил на улице – это страшно. Они крадут детей, заманивают подарками или уводят силой. Педофил в Интернете – тоже страшно. Они втираются в доверие, становятся ребенку хорошим другом, и дети приходят к ним сами. Виртуальный педофил вполне может стать реальным, если вовремя не пресечь его действия.

Вот какую историю рассказал мне один из моих подписчиков. Он случайно узнал, что его тринадцатилетняя дочь высылает «доброму» дяденьке фотографии своих интимных мест. А дяденька за это приносит ей деньги – оставляет в конверте на детской площадке. Таких конвертов дочка получила уже три штуки. Почему педофил оставлял конверт и не нападал на девочку? Это тоже один из вариантов психического отклонения. Ожидание преступления, предвкушение – можно назвать как угодно. Это ожидание только подогревает интерес еще сильнее. Но, скорее всего, передача следующего конверта переросла бы в личное знакомство и приглашение в гости. Отец стал подозревать неладное, когда заметил, что девочка перестала просить деньги на карманные расходы. Заглянул к ней в кошелек – там были деньги. Спросил родственников – никто денег не дарил. После аккуратных расспросов удалось выяснить, что дочка в социальной сети познакомилась с симпатичным парнем, который дает ей деньги, просто потому что она красивая. Тут подключилась мама, очень грамотная женщина. Она повела себя как подружка, попросила посмотреть страничку этого мальчика, обсудила с дочкой его внешность – представляете каких усилий ей стоило сдержаться? В итоге дочка доверилась и показала свою переписку. Родители были просто в шоке. Но, если бы девочка была хотя бы года на три постарше, такой фокус с доверительными расспросами навряд ли прошел бы. Взрослея, дети становятся более закрытыми.

Итак, что делать, если вы подозреваете или уверены, что

ребенок попал под действие педофила?

1. Если ребенок стал жертвой сексуальных посягательств в Интернете, нужно обратиться в правоохранительные органы. При этом вы должны быть готовы к тому, что ваш ребенок может принять сторону преступника и даже встать на его защиту. Поэтому лучше воздержаться от разговора с ребенком до тех пор, пока в ситуации не разберется полиция, чтобы он не успел предупредить преступника об опасности.

Это кажется абсолютно нереальным, чтобы жертва защищала преступника. Но недаром есть такое понятие – «стокгольмский синдром». Это когда потерпевший начинает испытывать симпатию к преступнику. Обычно этот термин используется, когда мы говорим о захватах заложников. Под воздействием бури эмоции, переживаний заложники начинают защищать своих мучителей, оправдывать их и сочувствовать им. Были случаи, когда заложники даже создавали препятствия к своему освобождению. Конечно, про стокгольмский синдром я просто рассказываю для примера, что даже в таких ситуациях жертвы защищают своих мучителей. А если мы говорим о виртуальной дружбе с добрым дяденькой? Педофилы настолько виртуозно втираются в доверие к своим жертвам, что последние воспринимают их чуть ли не как своих лучших друзей. Начинают рассказывать им свои тайны, жаловаться на родителей и так далее. Педофилы умеют поддержать разговор, знают детскую психологию, поэтому им так легко создать в виртуальной переписке очень расслабленную и доверительную атмосферу. А потом про переписку, про дружбу узнают родители. Начинаются разборки, родители наседают, звонят в полицию. Конечно, для ребенка, который полностью погрузился в свою новую дружбу (особенно если со сверстниками отношения не складываются), вся эта ситуация представляется совершенно в другом свете. Злые мама и папа запрещают дружить с добрым дяденькой. Надо дяденьке срочно про это рассказать и нажаловаться. Доходит до того, что дети начинают винить себя, защищать педофила и в этот момент как раз и могут написать ему предупредительное сообщение, так сказать, пожаловаться на родителей.

2. Обязательно сохраните переписку ребенка с преступником, которую вы нашли на домашнем компьютере, и распечатайте ее, если это возможно.

3. Поймите, что вашему ребенку не грозит уголовное наказание за то, что он сделал; ваш ребенок – это жертва, а не преступник. В подобных случаях полиция на время изымает компьютер и передает его на изучение в технический отдел (или

аналогичное подразделение), специалисты которого попытаются найти преступника через Интернет. Поэтому, прежде чем отдавать компьютер, сохраните на внешнем диске все необходимые вам для работы документы. Многие родители допускают одну и ту же ошибку. Они советуют своим детям заблокировать подозрительного пользователя и больше с ним не переписываться. Но это неправильно, потому что этот человек является потенциальным преступником, который может выбрать в качестве жертвы другого ребенка.

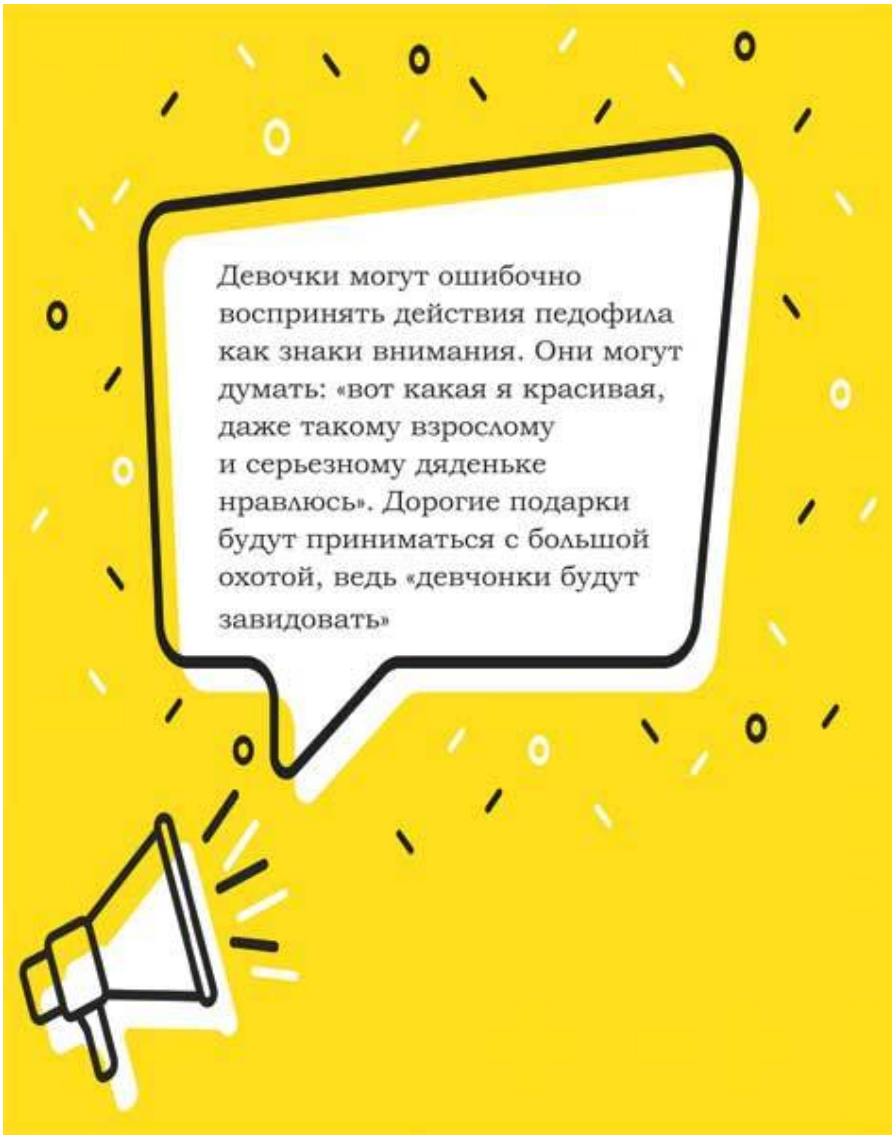
Часто дети бояться рассказывать взрослым все подробности. Потому что они понимают, что делали что-то запретное, неприличное. И когда в дело вмешивается полиция, дети могут воспринять всю ситуацию неправильно. Я встречал истории, когда дети думали, что они преступники, это они совершили что-то ужасное и это их отправят теперь в тюрьму. Ребенку сложно понять, почему обычная переписка с новым другом в социальных сетях теперь выливается в разбирательства в полиции. Более того, неосторожные родители могут вести разговоры о преступнике прямо при ребенке, обсуждать, что его нужно «упечь в тюрьму». Ребенок может подумать, что раз он сам общался с преступником, то и он – преступник. И всерьез может переживать, что и его в тюрьму посадят. Если в вашей семье произошла такая ситуация, то нужно на протяжении всего времени, пока идет расследование, сопровождать ребенка, поддерживать его и объяснять ему, что его вины в произошедшем нет.

4. Сделайте так, чтобы ребенок чувствовал вашу защиту. Не получит ли ребенок, и так пострадавший от угроз и шантажа, дополнительную травму от действий правоохранительных органов? Психологически сложно, когда ребенку задают вопросы, связанные с его личной жизнью, особенно, если переписка зашла далеко. Для родителей это может быть даже мучительнее, чем для самого ребенка. Тут надо держаться спокойно. Скажите ребенку, что все неприятности позади, и сейчас мы вместе пытаемся поймать и наказать того, кто тебя обидел или хотел над тобой посмеяться. Пройти эту сложную процедуру важно вместе, чтобы ребенок знал, родители готовы наказать преступника. Ребенок должен чувствовать, что родители его защищают, тогда в следующий раз он сможет им довериться.

Чтобы ребенку было легче общаться с представителями правоохранительных органов, можно параллельно заниматься с психологом. Причем тут могут потребоваться именно семейные сеансы, ведь серьезную психологическую травму получают и родители.

5. Чтобы оставаться начеку, обращайте внимание на подарки, которые дарят вашему ребенку. Если вы заметили у своего ребенка дорогие подарки, игрушки, мобильный телефон или новые кроссовки, и вы точно знаете, что эти вещи вы ему не покупали, стоит задуматься, откуда они появились. Очень хорошо, если вы со своим ребенком находитесь в доверительных отношениях и можете поговорить, узнать, откуда вещи. Если нет, то вам нужен доступ к его почтовому ящику и социальным сетям.

Особенно часто в таких ситуациях оказываются девочки-подростки. Сексуальное созревание находится на пике, они уже осознают себя как женщины, чувствуют свою привлекательность, подчеркивают свою внешность при помощи макияжа, причесок и одежды. Тем более сейчас научиться всяким женским хитростям элементарно – на любую тему есть ролики на YouTube. То же самое касается и разговоров о сексе. Если раньше родители вздыхали и думали, как же начать разговор, то сейчас дети сами все делают за них. Пока родители считают, что девочка еще мала для подобных разговоров, эта девочка вместе с подружками давно посмотрела все в Интернете и узнала все подробности. Молодые девушки подписаны на разных блогеров, для многих кумиры теперь – это не актрисы и певицы, а именно блогеры. Блогеры задают моду, они рассказывают про трендовые вещи, и девочкам, конечно, тоже хочется и туфли красивые, и сумочку брендовую. Если на такую благодатную почву попадет обеспеченный добрый дяденька-педофил, то бороться с ним будет очень сложно. Девочки могут ошибочно воспринять действия педофила как знаки внимания. Они могут думать: «вот какая я красивая, даже такому взрослому и серьезному дяденьке нравлюсь». Дорогие подарки будут приниматься с большой охотой, ведь «девчонки будут завидовать». Поэтому, когда дяденька попросит сделать фотографию, попросит потрогать или сам начнет прикасаться – это, может, и насторожит девочку, но, скорее всего, не отпугнет. Ведь дяденька добрый, «мы всегда хорошо с ним общались», подарки дарит, ничего плохого он мне не сделает. Иногда бывает, что девочки-подростки и вовсе воспринимают общение с педофилом как первую влюбленность. И тут родителям бывает очень сложно вырвать свою дочку из лап преступника. Потому что она сама к нему рвется обратно. Психологически очень важно, чтобы у девочки были доверительные отношения не только с мамой, но и с отцом. Отец – прототип отношений с мужчинами. Если дочка будет сполна получать отцовской любви и внимания, то это снизит риск того, то она «купится» на ухаживания взрослого дяди.


Девочки могут ошибочно воспринять действия педофила как знаки внимания. Они могут думать: «вот какая я красивая, даже такому взрослому и серьезному дяденьке нравлюсь». Дорогие подарки будут приниматься с большой охотой, ведь «девчонки будут завидовать»

6. Чтобы обезопасить своего ребенка в социальных сетях с точки зрения контактов с опасными взрослыми, надо проверять учетные записи ребенка в социальных сетях и группы, в которые заходит ребенок, также проверяйте диалоги в приватных чатах.

Очень важно делать это тайно, чтобы ребенок не «застукал» вас за этим делом. У меня была клиентка, которая рассказывала – чтобы обезопасить ребенка, они ввели дома, как она считала, хорошее правило. А я бы назвал его очень сомнительным правилом. Итак, каждый вечер мама и дочка садились и читали переписку, которую вела дочь в течение дня. Девочка должна была, как на допросе рассказать про каждого, с кем ведется

переписка. Мама внимательно изучала беседу на предмет «все ли там прилично». Но, как и подобает маме, комментировала не только смысл переписки, но и ругала дочь за ошибки, которые видела в тексте. Надо ли говорить, что с каждым днем девочка стала все меньше и меньше переписываться в социальных сетях. Мама восприняла эту ситуацию как призыв к действию – стала проверять телефон дочери каждый раз, когда раздавался звук сообщения или звонка. Она спрашивала дочку «кто нам пишет», «кто нам звонит». Пагубное отождествление себя с ребенком – этим страдают многие родители. Они настолько рьяно живут интересами детей, что невольно отталкивают их от себя и заставляют замыкаться. Причем вот такие «активные» мамы не понимают того, что ребенок уже старается избежать общения с ними. Наоборот, они с гордостью говорят «мы с ребенком такие друзья». Но дружба-то у вас, мама, только односторонняя. Чем закончилась история той девочки? Тем, что переписки вовсе сошли на нет. Мама сначала переживала, а потом подумала – и к лучшему, от учебы ничего не будет отвлекать. Но на деле все это вылилось просто в то, что девочка начала намного больше времени проводить на улице – ведь там никто не запрещал ей говорить, о чем она хочет и как она хочет.

Родители не должны запрещать детям общаться в социальных сетях, считая, что это пустая трата времени. Когда вы были маленькими и гуляли во дворе до позднего вечера, ваши родители не всегда могли зазвать вас домой с первого раза. Это была ваша реальность. А реальность современных детей такова, что они сейчас гуляют в Интернете. Да, это их место прогулки. Там они общаются, там у них группы, сообщества по интересам. Ребенок, который не общается с остальными детьми, автоматически становится «чужаком», а чаще всего – изгоем. И как мы понимаем, такие повороты могут вызывать серьезные психологические травмы, проблемы с социализацией, да могут спровоцировать и появление комплексов. Поэтому во всем нужна мера. Гиперопека и невнимательное отношение к своему ребенку – это две крайности, которые могут вылиться в те или иные проблемы. **Поэтому мой совет – да, следить за переписками детей надо.** Но детям об этом знать совершенно не обязательно. Ведь так вы лишаете их осознания себя как взрослого, самостоятельного человека. «Если за мной все еще присматривают, значит, я не взрослый». А ведь мы с вами знаем, как ранимо дети относятся к восприятию себя взрослыми как несмышленых малышей.

7. Обращайте внимание на круг общения ребенка, пытайтесь занять свободное время ребенка спортивными или культурными

секциями. Кроме того, контролируйте то, какие фото- и видеофайлы находятся в гаджетах ребенка. Полезно установить функцию «родительский контроль» на всех гаджетах ребенка.

Чтобы ребенок не столкнулся с мошенниками

Заранее обсудите с ребенком, с какими способами мошенничества он может столкнуться в Интернете и как действовать в таких ситуациях. Например, хакеры взломали страницу друга в соцсети и от его имени попросят перевести деньги. Или пришло СМС-сообщение о том, что якобы по ошибке сделали перевод не на тот номер телефона и просят вернуть эту сумму. Необходимо объяснить ребенку, что подобные сообщения надо проверять: уточнить у друга по телефону или при встрече, действительно ли это он просит деньги, посмотреть баланс телефона – был ли на самом деле перевод. А лучше позвать на помощь родителей.

Интернет-мошенники, которые промышляют такими способами, рассчитывают на самую доверчивую аудиторию: пожилых людей и детей. Пожилых легко испугать: кто-то попал в беду, нужна помощь, нужны деньги, они готовы тут же помочь. Особенно если фигурируют близкие люди. Они особо не разбираются в новых технологиях и не подозревают, что в Интернете промышляют мошенники. Им достаточно сложно понять, что кто-то может взломать страницу и писать от лица другого человека. Например, пишет якобы внук: «У меня беда, скинь пять тысяч рублей». Бабушке может даже не прийти в голову позвонить внуку, она сразу готова перевести деньги. Дети тоже готовы прийти на помощь. Особенно если симпатизируют тому, с чьей страницы получили сообщение. Может, это девочка, которая нравится мальчику, может, его друг, может, старший товарищ, на которого он стремится быть похожим, или школьный авторитет, которому страшно отказать. Если у ребенка нет денег на карточке, то мошенники могут предложить разные «выходы»: взять карточку родителей, взять деньги в кошельке у родителей и оставить их в условленном месте в подъезде.

Самое главное, что должен усвоить ребенок: если он получает подобные сообщения с просьбами о помощи – нужно сразу сообщить родителям. Ребенок может считать, что он уже достаточно взрослый, чтобы разобраться сам. Здесь родителям важно правильно разыграть партию: «Ты не жалуешься, ты не признаешься в беспомощности, ты просто обращаешься ко мне за советом, и я тебе помогу».

1. Объясните, что не стоит делать покупки в Интернете на неизвестных и сомнительных сайтах (например, вас должна насторожить слишком низкая цена на последнюю модель кроссовок в интернет-магазине).

Как работает психика ребенка? «О, кроссовки крутые, как у Васи, я тоже такие хочу! И вот как дешево стоят! Приду в них школу – все удивятся!» Дети подражают друг другу, хотят носить модные вещи. Тем более те, у кого есть модные вещи, сразу зарабатывают авторитет. Конечно, не у всех родителей есть возможность купить ребенку дорогой телефон. Или дорогую кофту модной фирмы. Но ребенку-то хочется. Хочется тоже быть крутым и классным. Возможно, он думает, что когда у него появится крутая вещь, то сразу появятся и новые друзья, он сразу заработает авторитет.

Конечно, можно сколько угодно объяснять ребенку, что деньги не главное, что крутые вещи никак не влияют на личные качества человека, что хорошая учеба и хорошее поведение ценятся намного выше, но вы же сами понимаете, что все это сказки! Что вы хвалите его за хорошие оценки, а в школе все восхищаются его одноклассником Максимом, потому что у него новый классный телефон. И вот тут ребенку попадается сайт, где такой же телефон продают за тысячу. Ну уж тысячу-то накопить можно. И вот он уже готов перечислять деньги в этот неизвестный интернет-магазин. Если вы ему начнете резко объяснять, что он не прав, что он глупый, что его обманывают, то ребенок может закрыться и больше не обращаться к вам с советом. Лучше доносить информацию аргументированно. Вместе изучить сайты, на которых продаются настоящие телефоны, посмотреть сколько они стоят. Объяснить, что обычно за дешевую цену продают подделки и, если мы сейчас телефон купим, то он окажется сломанным, что лучше положить эти деньги в копилку и накопить на крутой телефон вместе.

Если быть честным, то, конечно, не только дети гоняются за модными вещами и хотят быть в тренде. Этим грешим и мы, взрослые, особенно, если наша работа связана с общением с определенным кругом людей. Например, если взрослый хочет заключить сделку с другим взрослым, то как он поедет на встречу? Конечно, оденется представительно. Многие при устройстве на более высокооплачиваемую, чем раньше, работу специально покупают хорошие часы и хороший телефон, чтобы быть на одном уровне с новыми коллегами. Да, можно быть суперкрутым профессионалом, но у нас в стране такой менталитет – «встречают по одежке». Все эти знаменитые истории

про Стива Джобса, который всю жизнь ходил в одном джемпере, и Генри Форда, который носил потрепанное пальто, Марке Цукерберге, который ездит на самой обычной старой машине, у нас – лишь байки с Запада. В России, конечно, так не принято, и для нашего менталитета это пока невероятно. Поэтому родителям не стоит удивляться, что их дети мечтают о каких-то материальных вещах. Это нужно принять и выработать правильную стратегию. Лучше всего поможет функция «родительский контроль», она позволяет блокировать онлайн-покупки. Но тут нужно понимать, что дети очень изобретательны. И, если у ребенка не получилось совершить покупку со своего компьютера, он может попробовать это сделать с компьютера своего друга.

2. Договоритесь, что ребенок не должен сам реагировать на тревожные звонки, СМС, письма или сообщения в соцсетях о том, что вашему родственнику или знакомому нужны деньги. Вместо этого надо сразу звонить родителям или близким, предупредить, что от их имени рассылаются такие сообщения, – возможно, взломали их аккаунт или почту.

3. Объясните ребенку, что нельзя переходить по ссылкам в письмах о выигрыше телефона, планшета, ноутбука и прочего. Бесплатный сыр бывает только в мышеловке. Скорее всего, по ссылке вы получите только вирус. Тут детям попасться в ловушку очень легко. Они пока еще не знают, насколько вокруг много обманщиков и мошенников, и пока еще верят, что призы можно легко выиграть. Хороший ноутбук, модный телефон, крутая игрушка – если дети видят, что их можно выиграть, то чаще всего они моментально нажмут на ссылку для перехода. Ведь, возможно, именно по этой ссылке будет тот самый приз.

4. Это дети, они верят в чудеса, как бы банально это ни звучало. Ведь мы, родители, их этому и учим. Например, Дед Мороз на Новый год приносит подарки всем просто так. Так почему по ссылке не могут просто так подарить подарок? Каждый хочет оказаться счастливчиком. Вспомните, как вы сами были детьми. Кто-то наверняка играл в лотерею: покупал билетик и ждал эфира программы, а потом с замиранием в сердце зачеркивал совпадающие цифры. Кто-то покупал маленькие билетики, на которых нужно просто стирать защитный слой – вдруг там будет выигрыш! Кто-то собирал крышечки от газировки, чтобы обменять их на призы. Да и сейчас мы падки на предложения призов. Купи шампунь – и гель для душа в подарок! Ну кто не любит подарки и приятности? Кто откажется от «халявного»? Вот и дети рассуждают так же: «Вау, телефон о котором я мечтал, а родители никогда его мне не купят, потому

что сильно дорогой! Вау, бесплатно ноутбуки раздают – а у всех в моем классе уже давно такие есть, кроме меня!» И все, ребенок попался на крючок, перешел и поймал вирус на компьютер. Иногда бывает, что дальше по ссылке есть следующие «задания». Переведи 100 рублей на этот номер, введи данные своей карточки, на которую можно отправить денежный приз, и так далее. Ребенку нужно заранее объяснить, что никто и никогда не будет просто так раздавать ценные призы и деньги. Многое зависит тут и от воспитания: если вы сами любитель лотерей, если собираете «наклейки» в магазине и копите их, чтобы получить приз, если участвуете в интернет-конкурсах, то все это видит и ваш ребенок. Лучше прививать ему интерес к конкурсам, где приз можно заработать. То есть ты что-то сделал и за это получил приз. Написал сочинение, сделал плакат, пробежал несколько километров. Победу нужно заработать. Этот понимание, кстати, очень пригодится ребенку в жизни. «Без труда не выловишь и рыбку из пруда», – так любила говорить мне бабушка в детстве. Чем раньше это усвоишь, тем большего сможешь достичь в жизни, без пустых надежд на легкий фарт.

Кстати, в раннем детстве мы именно так и настроены. Хочешь дотянуться до игрушки – встань. Хочешь догнать маму – учись ходить. Посмотрите на малышей, с каким упорством они пытаются достичь своих целей. Плачут, злятся, ворчат, но все равно пытаются. «Без труда не выловишь и рыбку из пруда». Если с детства поддерживать в ребенке осознание того, что все достигается трудом, то снижается риск неприятных ситуаций: воровства, зависти, участия в лживых конкурсах.

5. Объясните, что нельзя выкладывать в социальных сетях фотографии новых покупок, обстановки в вашей квартире, билетов на самолет или поезд с датами вылета и прилета. Нельзя писать посты о том, как скоро вы уедете на каникулы и дома никого не будет. Так ваш дом может заинтересовать грабителей, пока вы отсутствуете.

С появлением Интернета преступникам стало намного проще «работать». Это раньше нужно было долго следить за нужной квартирой, каждый день разрабатывать планы, продумывать шаги, прятаться, пытаться остаться незамеченным. Сейчас все это воровское искусство уже не актуально. Зачем следить за квартирой, втираться в доверие к соседям, если нужный объект сам покажет, когда, куда и насколько уезжает.

Детям свойственно хвастаться, и это нормально. Хотя мы стараемся их учить тому, что хвастаться нехорошо. Если ребенок уж очень хочет выложить фото из отпуска, договоритесь с ним,

что на отдыхе вы отдыхаете. А когда приедете, тогда вернетесь к социальным сетям, выберете самые лучшие фото и будете их выкладывать. Здесь, конечно, важно и родителям тоже соблюдать этот запрет – самим отдохнуть от социальных сетей.

Список литературы

1. *Петрановская Л.* Что делать, если… М.: Аванта+, 2013.

2. *Петрановская Л.* Что делать, если… 2. М.: Аванта+, 2013.

3. *Цымбаленко Н.* Буллинг. Как остановить травлю ребенка. СПб.: Питер, 2019.